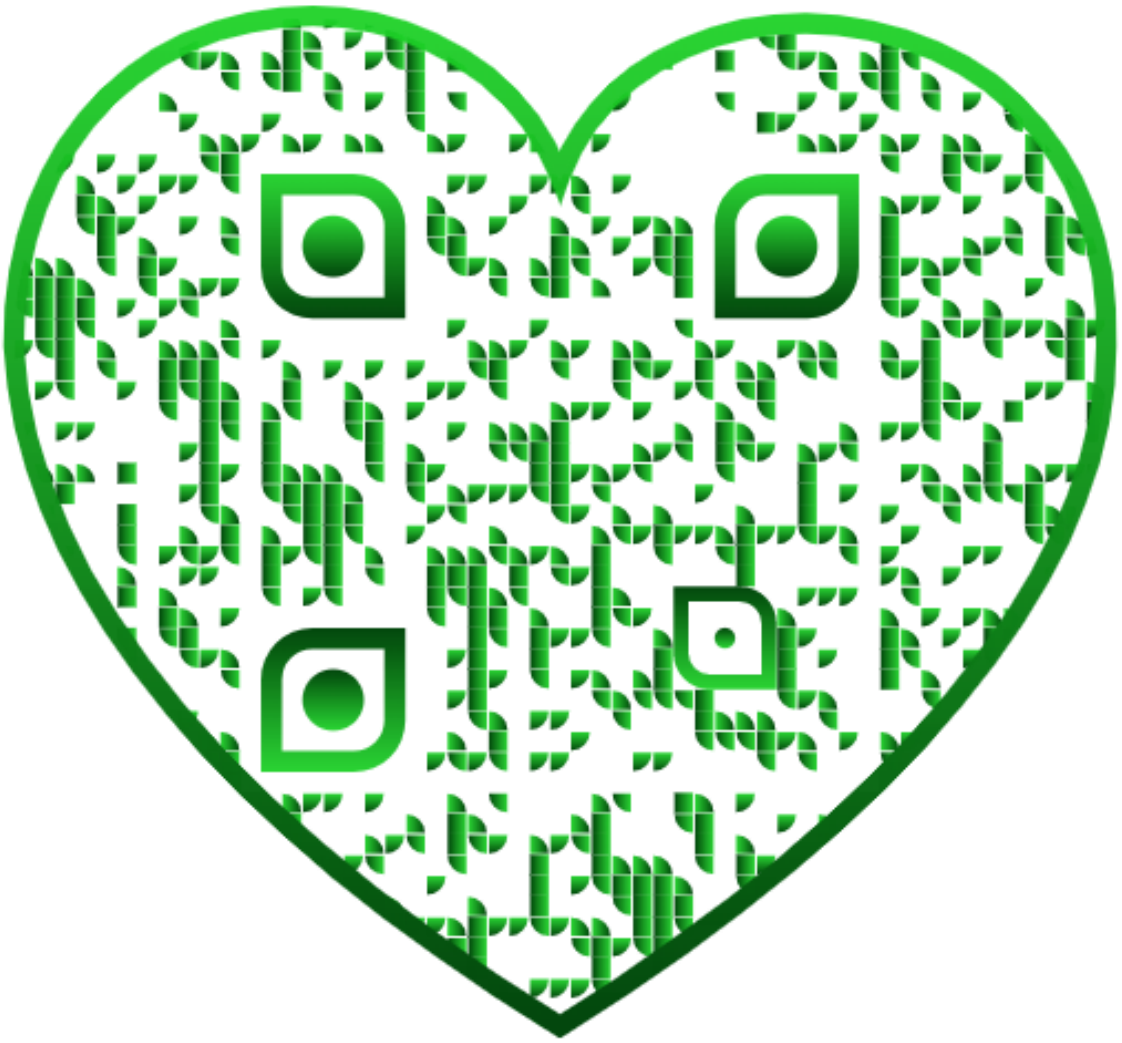
ROMAN COACH™

MARIE-LAURE CUZACQ

J'AI TROUVÉ LE BONHEUR… IL ÉTAIT EN MOI

ESI Romans



ROMAN COACH™

MARIE-LAURE CUZACQ

J'AI TROUVÉ LE BONHEUR… IL ÉTAIT EN MOI

ESI Romans

Également disponible :

Le jour où tu oses te faire confiance

Anna est maman d'une petite Cléa et file le parfait amour avec Antoine, qu'elle a rencontré à la fac. Côté professionnel, c'est une autre histoire : si, au départ, son métier la faisait rêver, aujourd'hui les désillusions ont gagné du terrain. Anna se sent coincée dans un travail routinier qui ne lui convient plus. Non seulement elle étouffe, mais cela commence à nuire à son couple et au bien-être de sa fille. Elle a l'impression d'être dans une impasse, un cercle vicieux qui l'éloigne chaque jour un peu plus de son bonheur.
Quand Anna renoue avec Pauline, une ancienne amie devenue coach de vie en Angleterre, la jeune femme sent que son existence peut s'en trouver bouleversée ! Mais si ce déclic entraîne une prise de conscience nécessaire, le changement ne sera pas si facile pour Anna. Il lui faudra accepter de sortir de sa zone de confort et oser se faire confiance.
Anna réussira-t-elle à relever tous les défis pour enfin s'épanouir et être heureuse ?

Tapotez pour télécharger.

Disponible :

La saveur de l'instant présent

Vivre ici et maintenant, une évidence ? Pas pour Alicia ! Son quotidien est une suite de sollicitations et d'obligations professionnelles sans fin qui l'entraînent peu à peu à déserter sa vie personnelle. Jusqu'au jour où un événement inattendu l'oblige à ouvrir les yeux. La jeune trentenaire ne peut désormais plus ignorer le sentiment de vide qui s'empare d'elle. Assez de cette quête d'espoirs fictifs ! Pourquoi repousser toujours à plus tard le moment de profiter de l'instant présent ?Faire du bonheur une philosophie de vie, cela vous interpelle ? Plongez avec Alicia dans un récit empreint d'émotions suivi d'une série d'exercices et de conseils pratiques qui sauront vous aider à vous retrouver, en un mot à savourer la vie… enfin.

Tapotez pour télécharger.

Marie-Laure Cuzacq

J’AI TROUVÉ LE BONHEUR…
IL ÉTAIT EN MOI

ESI Romans

1

Juillet.

« Il faut lâcher prise Juliette ! C’est maintenant ou jamais ! »

Cette petite phrase ricoche dans mon cerveau depuis quelques secondes, c’est-à-dire depuis que le moniteur me l’a hurlée à deux centimètres de mon oreille. Ce n’est pas facile, de lâcher prise, j’en sais quelque chose. Surtout quand tu as les jambes dans le vide, à environ quatre mille mètres du sol… Et que la seule chose qui te protège de la mort assurée est ce petit briefing de quinze minutes sur le thème surréaliste : « Comment se réceptionner après une chute de quatre kilomètres », ainsi qu’un morceau de toile accroché dans le dos d’un type que tu connais depuis environ deux heures, morceau de toile qui devrait NORMALEMENT s’ouvrir à mille cinq cents mètres du sol…

Tout. Va. Bien.

Tout. Va. Bien.

Tout. Va. Bien.

Sans m’en rendre compte, je fais appel à la pensée positive. *Tout. Va. Bien.* Mais Jo avait raison : ça ne marche pas !!! Je regarde Liz et Carole, mes meilleures amies qui m’ont suivie jusqu’ici. La pensée positive n’a pas l’air de bien fonctionner sur elles non plus… Carole est tellement blanche qu’on dirait qu’elle n’a plus une goutte de sang dans le corps et Liz a fermé les yeux pour tenter d’ignorer le monde qui l’entoure…

Finalement, voir mes amies en panique me donne un peu de courage, ne serait-ce que pour leur montrer qu’on peut TOUTES le faire, lâcher prise, qu’on est venues là pour ça. Je desserre donc un peu mes doigts de l’encadrement de la porte de l’avion et le moniteur, le voyant comme un signal, en profite pour basculer en avant… en plein ciel.

Yiiiiiiiiiaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaah !

Mon cœur s'arrête pendant quelques secondes. Et quand (heureusement) il se remet à battre, et que j'arrive à distinguer le bas du haut, je goûte enfin toutes les sensations de la chute. Et je les savoure. Je me délecte du vent qui me cingle le visage, du soleil qui n'a jamais paru aussi proche, de l'air frais tourbillonnant dans mes cheveux, de mon corps, à la fois lourd et léger, filant à travers le ciel bleu de Moorea… Et je ne vous parle même pas de la vue… Les nuages cotonneux, les baies de Cook et celle d'Opunohu s'enfonçant au cœur de l'île, elle-même dominée par le mont Tohiea, les mille nuances de bleus et de verts du lagon… Je vois Tahiti, toute proche, et, au loin, Tetiaroa. Ma vie est entre les mains d'une personne quasiment inconnue, je dois être à deux ou trois kilomètres d'altitude, je chute à deux cents kilomètres heure, mais ces chiffres si impressionnants ne signifient plus grand-chose face à l'intensité de l'expérience… Je ne contrôle absolument rien, et pourtant je ne ressens plus aucune frayeur, aucune panique, aucune angoisse. Ma peur s'est envolée au moment où j'ai laissé mon corps me guider plutôt que ma tête…

Une fois le parachute ouvert, la chute reprend, plus lente. Je vois alors Carole et Liz, qui ont fini par sauter elles aussi. Je joins ma voix à leurs cris de joie, de libération, d'euphorie. Et je me dis qu'on a une chance folle d'être là, à cet endroit précis, entre ciel et terre, entre bleu turquoise et bleu marine…

Si on nous avait dit , il y a quelques mois, que nous sauterions en parachute à l'autre bout du monde…

2

Quelques mois plus tôt

– Joyeux Noël les filles, et bon appétit ! On va se régaler !

Nous trinquons en chœur, en ce 23 décembre, déjà un peu éméchées (ou « pompettes », comme dit Carole, toujours prête à faire des euphémismes mignons). Comme chaque vendredi soir, nous nous retrouvons, Carole, Liz et moi, pour manger un bout ensemble et papoter de notre semaine. C'est une très, très vieille habitude qui date du lycée, où nous nous sommes connues.

À l'époque, j'étais dans ma période « dark-gothique-grunge-no-future ». Kurt Cobain était mon idole, ex-aequo avec Robert Smith et Sid Vicious, pour vous situer le contexte. On ne peut pas dire que je débordais de joie de vivre : j'ai eu une adolescence difficile. Liz, elle, était déjà première de la classe, un vrai petit rat de bibliothèque, avec tout l'attirail : serre-tête (à l'époque, c'était déjà ringard), lunettes à double foyer… Elle avait encore moins de chance que moi de gagner la palme de la popularité. Enfin, Carole était tellement timide et effacée qu'on aurait pu lui marcher dessus sans problème : c'est elle qui se serait excusée… Il faut dire qu'elle avait des circonstances atténuantes. Sa sœur Chloé, âgée d'un an de moins, était déjà la coqueluche de la famille, une petite peste enjôleuse, et une vraie beauté par-dessus le marché. Sans parler de son frère, Xavier, que la maladie tourmentait déjà, ce qui laissait peu d'espace à la douce Carole.

En bref, nous étions trois marginales, malgré des profils très différents. Si nous n'avions pas été dans la même classe, nous ne nous serions certainement jamais adressé la parole. Mais nous avons fini par sympathiser grâce aux cours de sport, où nous étions toujours les dernières à être choisies quand il fallait composer des équipes. Ce rejet de tous les autres nous a soudées. Depuis, on ne s'est plus jamais quittées, ou presque… C'était il y a vingt ans.

Aujourd'hui, nous fêtons « notre » Noël entre copines, comme chaque année.

Au programme de la soirée : foie gras, saumon et saint-jacques, fromage et bûche. Le tout copieusement arrosé de sauternes, de graves blanc et de saint-émilion. On habite dans la région bordelaise, alors autant en profiter ! Et pour ce repas, on ne se refuse rien… C'est en général moi qui amène le vin, vu mon aversion pour les casseroles, et le petit caviste en bas de chez moi me connaît bien. Tous les ans, il me met deux, trois de ses bouteilles préférées de côté, sans oublier bien sûr une bonne bouteille de champagne… Je sens que je vais encore avoir mal aux cheveux demain matin…

Bref. Ce soir, c'est Carole qui reçoit. Comme souvent, son mari est débordé, ce qui peut paraître normal, étant donné qu'il est médecin cardiologue. Mais entre ses consultations, les astreintes à l'hôpital, les différents colloques qu'il suit et qu'il anime (c'est apparemment une pointure dans sa spécialité) et le reste, Carole reste souvent seule. À sa place, ça fait longtemps que j'aurais dit « ciao » à Richard, mais Carole a une capacité à « prendre sur elle » assez impressionnante. C'est la meilleure pour désamorcer les situations tendues, et pour « accepter l'autre de façon inconditionnelle », comme elle le dit si bien. Richard a beaucoup de chance. Heureusement, Carole est très occupée : elle a son boulot, illustratrice de livres pour enfants, et milite dans plein d'associations. Elle fait du soutien scolaire pour les jeunes élèves en difficultés et originaires de familles modestes, elle distribue des repas chauds aux SDF…

Mais revenons à Richard. Nous, honnêtement, en tant que copines, on ne se plaint pas vraiment de son absence. Tout simplement parce que, primo, on ne l'aime pas trop (et il nous le rend bien), et deuzio, Carole est une cuisinière émérite, un vrai bijou de cordon-bleu, et qu'on adore se retrouver chez elle plutôt que chez Liz, qui a deux enfants adorables mais TRÈS bruyants (des jumeaux de huit ans, Mattéo et Jeanne). Et chez moi… disons que mon appart est celui d'une célibataire endurcie (sans canapé super moelleux, sans cheminée, sans belle table, sans vraie salle à manger, en fait, et sans petits-fours faits maison…).

Question papotage, après le « tchin-tchin » d'usage, c'est Liz qui entame les hostilités :

– Alors Ju, Carole m'a dit qu'il y avait du nouveau pour toi ?

– Du nouveau ? Comment cha ? demandé-je, la bouche pleine de délicieuse verrine avocat-crevette.

– Oui, apparemment, il y a un certain Armand entré en scène cette semaine ?

Entre nous, mes aventures sentimentales sont une source de discussions infinies. Il faut dire que Carole et Liz sont maquées depuis longtemps et que je suis la seule célibattante de la bande, donc il faut bien que je joue mon rôle à fond. Ma vie amoureuse ressemble donc à un mélange de *Sex and the City* et de *Bridget Jones*, sans l'aspect pathétique de la fille qui veut absolument se caser. Mais tous les bons côtés sont là : alcool, coups de cœur et coups d'un soir, amants sexy et exotiques, conversations téléphoniques entre copines, histoires compliquées, glace Ben & Jerry's à une heure du mat', hommes charmants et mariés…

Pourtant, contrairement à la plupart des femmes célibataires de mon âge, les hommes ne sont pas vraiment une priorité dans ma vie. Non que je ne les aime pas, mais… ma mère m'a toujours élevée toute seule et on n'a jamais eu besoin d'un homme à la maison. La gente masculine a certes de bons côtés, mais vous serez d'accord avec moi pour dire qu'ils sont souvent peu fiables, peu attentionnés et peu à l'écoute. Donc, pour ces trois choses en particulier, j'ai mes copines. Les hommes sont plus là pour la bagatelle… Liz dit parfois que je fonctionne comme un mec. Et je ne vois pas où est le problème.

– Oui, en effet, il y a un petit nouveau sur mon tableau de chasse. Je l'ai rencontré au travail…

– Ah bon ? demande Liz en ouvrant grand ses yeux bleus. Mais je croyais qu'au boulot c'était « niet » ?

– Oui, mais lui, ce n'est pas vraiment le boulot. Disons qu'il intervient de temps en temps à la mission locale pour des formations précises : comment faire son CV, sa lettre de motivation, comment se présenter lors d'un entretien d'embauche…, ce genre de choses. Donc il vient une fois par mois environ…

– Et alors comment ça s'est fait ? Tu ne m'as pas donné de détails au téléphone, me demande Carole, qui sort une fournée de feuilletés au pesto.

– Disons que… pour une fois, c'est lui qui m'a draguée et invitée. J'ai été surprise, parce qu'en général je n'attire pas trop ce genre de types, beaucoup trop sérieux. Mercredi, on a mangé à la Brasserie Bordelaise et après on est allés boire un verre à l'Appollo. J'avoue que c'était sympa… Il est très intéressant. Ça change un peu de Sam, Luis, et les autres… qui sont un peu primaires à côté.

– Ha haaa ! Peut-être que celui-ci va enfin arriver à percer le coffre-fort de ton cœur, me dit Carole en papillonnant des yeux avec un air volontairement idiot

(du moins je l’espère) sur le visage.

– On verra bien…

Comme je n’ai pas trop envie de parler de lui et moi, j’enchaîne rapidement :

– Bon sinon, toi, Liz, comment ça va cette semaine ? Pas trop de stress au cabinet ?

M^me^ Élizabeth Cavenaze-Bassiot de Villepin (son nom complet, mais rien à voir avec l’ancien premier ministre !), ou Liz pour les intimes, est expert-comptable. Après avoir brillamment réussi ses sept ou huit ans d’études « absooooooolument paaaaassionnantes » en comptabilité, et s’être mariée dans la foulée avec l’un de ses camarades de promo, Guillaume, elle a décidé de s’associer avec ses parents, eux-mêmes dirigeants de leur cabinet. Enfin, plus exactement, elle ne va pas tarder à devenir associée. Pour le moment, c’est une simple employée, mais il est évident que Guillaume et Liz reprendront le cabinet une fois que Geneviève et Guy partiront à la retraite, ce qui ne devrait pas tarder. Mis à part ce métier totalement rébarbatif à mes yeux, c’est une très bonne pianiste bien qu’elle ne joue plus, une excellente mère (peut-être un poil rigide et stressée) et une copine géniale.

– Euh… bof. Ça ne va pas très fort en ce moment. On fait beaucoup d’heures avec Guillaume, mais la différence, c’est que moi je m’occupe en plus de la maison et des enfants, donc je t’avoue que je suis littéralement crevée. Ce n’est pas que Guillaume ne fait rien, mais il a besoin que je lui dise quoi faire, et ça m’énerve ! Il ne peut pas y penser tout seul, à sortir la poubelle ? Comme si je n’avais pas suffisamment de choses auxquelles penser… Sans compter que je suis obligée d’amener du travail à la maison pour bosser le soir. Tu sais que le vendredi soir est ma seule soupape de liberté…

Liz dit vrai. Quand elle a commencé à travailler avec ses parents, elle était assez contente, fière d’elle, et soulagée d’être allée jusqu’au bout. Mais ça a rapidement viré à l’obsession : elle devait absolument montrer qu’elle était digne de reprendre le cabinet, et ses parents ne se sont pas privés pour lui mettre encore plus de pression qu’elle ne s’en mettait déjà elle-même. Du coup, même en vacances ou en week-end, elle n’arrêtait jamais. Et nous, chaque vendredi, ça nous fatiguait vraiment de la voir lire ses e-mails ou au téléphone au lieu de profiter de la soirée. Nous avons donc décidé que nous éteindrions toutes nos

téléphones le vendredi soir… Liz a eu un peu de mal au début : elle avait peur de rater un e-mail important, une urgence pour le lundi matin… Il a fallu être ferme. Si un client envoie un e-mail le vendredi soir à vingt heures… tant pis pour lui ! Et finalement, Liz s'est rendu compte que c'était mieux ainsi. Elle appelle donc notre vendredi soir sa « soupape de liberté »… Mais je suis certaine qu'elle répond à ses e-mails dès le samedi matin huit heures…

– En plus, continue Liz, ces derniers temps, j'ai l'impression que tous les clients se sont donné le mot : l'un veut une situation comptable pour le lendemain, l'autre m'appelle parce qu'on n'a pas déclaré sa TVA alors qu'il ne nous a envoyé aucune facture… malgré nos rappels… Ah, d'ailleurs, Carole, j'ai envoyé un message à Richard, tu lui diras de me rappeler rapidement ?

Liz s'occupe de la comptabilité du cabinet de Richard.

– Oui, bien sûr, répond Carole, mais je ne le verrai que demain je pense. Il fallait qu'il travaille ce soir, pour être sûr d'être là au réveillon. J'ai invité Super Princesse et son mari, et mon frère évidemment.

– Mais pourquoi inviter ta sœur et son mari alors que tu ne supportes ni l'un ni l'autre ? demandé-je.

– Parce que la famille, c'est important, et que depuis que mes parents sont décédés, c'est à moi de veiller sur mes frères et sœurs… Si je ne rassemble pas tout le monde, ce n'est pas ma sœur qui le fera…

– Ton frère, d'accord, il est super, je l'adore. Mais ta sœur ! Bon sang, ça se voit qu'elle te prend pour une idiote ! Je ne comprends pas pourquoi tu t'infliges ça…

Je fulmine complètement, mais comme Carole commence à faire sa tête de petit chat triste, je préfère changer de sujet.

– Et si on se les offrait, ces cadeaux ?

3

Ce matin, j'ai, conformément à mes prévisions, des cheveux qui poussent DANS ma tête. Evidemment. Il faut dire que la soirée a été rude. Les filles sont allées se coucher tôt, les deux recevaient du monde aujourd'hui. Moi, je mange juste avec ma mère ce soir, et j'ai seulement un peu de ménage à faire avant d'y aller. Donc une fois partie de chez Carole, je n'avais pas envie de me coucher… J'ai alors appelé Armand, pour savoir si… C'est la raison pour laquelle il est dans mon lit ce matin, à ronfler comme un bienheureux.

Je déteste les réveils à deux. J'aime me réveiller seule, dans mon grand lit, tranquille. Mais Armand ne pouvait évidemment pas rentrer à Latresne après avoir bu je ne sais combien de mojitos…

Je me lève donc, prépare du café et fais griller du pain de mie. Onze heures. Parfait, il me reste pas mal de temps avant d'aller chez le traiteur. Au menu ce soir, les péchés mignons de ma mère : escargots au beurre persillé, homard à l'armoricaine, camembert au lait cru et entremets au chocolat. J'espère qu'elle sera dans un bon jour et profitera du repas…

Sur ces pensées, j'entends Armand se lever, du pas lourd de ceux qui ont dormi avec trois grammes d'alcool dans le sang et qui sentent soudain l'odeur du café.

– Salut toi. Quelle heure est-il ? me demande t-il d'une voix caverneuse, les yeux bouffis et les cheveux en pétards.
– Onze heures, à peu près.
– Merde !

Tout d'un coup, il a l'air endormi et paniqué à la fois, ce qui est une combinaison que je connais bien.

– Je dois être chez mes parents à midi !

S’ensuivent ensuite moult mouvements et jurons inutiles, de ceux qu’on fait quand on est débordé mais qu’on ne sait pas par quoi commencer.

– Bois d’abord un café, puis va prendre une douche.
– Non, laisse tomber, je n’ai pas d’habits de rechange. Je bois ce café et je rentre chez moi.

Après s’être brûlé en buvant son café bouillant et s’être habillé avec ses vêtements fripés et nicotinés, il part donc en courant, non sans essayer de m’embrasser fougueusement. Je décline l’offre, au vu de nos deux haleines chargées de la veille.

– On s’appelle alors ?
– On verra, dis-je, les yeux déjà braqués sur ma tablette pour lire le journal.

Faudrait pas non plus qu’il s’attache trop vite. Mais je laisse quand même un petit sourire flotter sur mon visage…

Deux heures plus tard, je me mets à faire le ménage. Heureusement, mon appart ne fait que quarante mètres carrés, soit trois fois moins que les maisons de mes copines. J’habite à côté de la place du Parlement, à Bordeaux, en plein centre-ville. J’ai acheté cet appart après avoir signé mon premier CDI, sur les conseils de ma mère, qui m’a convaincue de ne pas attendre d’être en couple pour investir. Elle a bien fait, je l’avoue, car depuis, il a pris beaucoup de valeur (et puis, en matière de couple…). Bordeaux s’est diablement embellie depuis quelques années et est devenue une ville très prisée. Le jour où je revendrai mon appartement, il vaudra peut-être le double voire le triple de ce que je l’ai acheté ! Il est parfaitement placé, a beaucoup de cachet, et en plus il y a des combles aménageables de quarante mètres carrés, qui m’appartiennent, car je suis au dernier étage de l’immeuble. Bref, c’était un placement idéal.

Vers dix-sept heures, je passe chez le traiteur prendre le repas de ce soir et me dirige ensuite vers chez ma mère, qui habite près du jardin public. Quand j’arrive chez elle, son aide à domicile, Christine, une fille adorable, me souffle :

– Elle est dans un mauvais jour, je suis désolée Juliette. Elle n’a pas voulu s’habiller. Elle est toujours en robe de chambre.
– Ah, d’accord. Ce n’est pas grave, je vais m’en occuper, elle est parfois plus

coopérative avec moi. Joyeux Noël et bonnes fêtes à vous. On se voit après-demain, c'est ça ?

– C'est ça, le 26. Bon courage, et bonnes fêtes à vous aussi. Profitez bien.

Après avoir salué Christine, je me dirige vers la chambre de ma mère. Je l'observe à la dérobée. Elle est toujours très belle, le port altier, mince et tonique encore, sans un cheveu blanc dans sa crinière rousse magnifique, à 59 ans passés. Elle est assise à sa coiffeuse et se brosse les cheveux machinalement, en regardant dans le vide. Je m'approche doucement.

– Bonjour, maman chérie, chuchoté-je.

Ses yeux mettent un petit moment à me reconnaître dans le miroir. Puis elle se retourne et me gratifie d'un grand sourire. C'est son arme la plus efficace, capable de rendre n'importe quelle homme amoureux en deux secondes. Elle ne s'est d'ailleurs jamais privée de l'utiliser, même si elle n'a pas souvent fréquenté d'homme au cours des trente-cinq dernières années, pour autant que je sache en tout cas. Mais elle a toujours aimé plaire. Et puis avoir le boucher, le boulanger et les autres commerçants dans la poche était parfois utile pour avoir les meilleurs morceaux ou une friandise. En revanche, les choses se gâtaient quand on tombait sur leurs femmes…

– Bonjour, ma chérie. Comment vas-tu ? Tu es rentrée du lycée ?

– Non maman, je ne suis plus au lycée. C'est le réveillon de Noël aujourd'hui. Je viens dîner. Je vais t'aider à t'habiller.

– Ah ?

Ma mère a la maladie d'Alzheimer. Elle a été diagnostiquée il y a presque deux ans. Depuis, je me bats pour qu'elle ait une place dans une institution spécialisée, ou au moins en accueil de jour, mais les places sont chères et les listes d'attente interminables. J'ai quand même pu avoir, après beaucoup de paperasses et d'appels, une aide à domicile. Elle est encore lucide assez souvent, mais les moments de confusion sont de plus en plus fréquents. Ça me fend le cœur de la voir ainsi…

Pendant qu'on prend l'apéritif, ma mère, qui est maintenant bien lucide, m'interroge :

– Alors ma chérie ? Est-ce que tu as un petit ami en ce moment ?

– Mmmmh… oui, on peut dire ça. Mais ça fait seulement quelques jours… alors rien de sérieux pour le moment.

– Oh, tu sais, quelquefois, on sait que c'est sérieux au premier regard…

– Peut-être. Mais moi ça ne m'est jamais arrivé.

– Et, euh… Comment s'appelait celui d'avant, celui que je trouvais vraiment beau ? Ça n'a pas marché ?

– Benjamin ?

– Oui, c'est ça, Benji.

– Oh, tu sais, il était compliqué celui-ci. Toujours amoureux de son ex en fait, ce qui ne me gênait pas outre mesure, mais bon, lui si apparemment.

– Et Paul-Emile ?

– Trop intellectuel.

– Et l'autre, là, Luis ?

– Trop bête.

Ma mère s'interrompt et me regarde étrangement.

– Tu sais…

– Quoi ?

– Non, rien. Je me demandais juste… si je n'avais pas… raté quelque chose quelque part pour toi.

– Raté quelque chose quelque part ? Qu'est-ce que tu veux dire ?

– Eh bien… Tu sais, ce n'est pas parce que j'ai été malheureuse avec les hommes que j'ai connus qu'ils sont tous comme ça, ma chérie. J'espère vraiment que tu rencontreras quelqu'un de bien et que tu auras des enfants, tu sais.

Hou là. LE sujet qui fait peur aux trentenaires célibataires : le mariage et les enfants. Ma mère ne m'en parle pas souvent, en général, elle me laisse tranquille avec ça. Elle n'est pas du style à insister lourdement pour avoir des petits-enfants. Et, surtout, elle a rarement ce genre de discours envers les hommes. En fait, elle ne parle même jamais de mon père. Mais peut-être que la maladie lui fait réaliser certaines choses…

– Tu sais maman, les enfants, c'est comme les pères. Ça ne te manque pas quand tu n'en as pas.

– Tu ne devrais pas dire ça, ma chérie. Ce n'est pas vrai.

– Si ! bien sûr que si ! On n'a jamais eu besoin d'homme à la maison. On a

toujours été fortes toutes les deux, on s'est toujours débrouillées. C'est tout. Et je te remercie pour tout ce que tu as fait pour moi. Les pères, c'est bon pour mettre une graine, mais pour le reste… Quand je vois les maris de Liz et Carole, franchement… Je suis mieux toute seule. Et tu sais, si je veux un bébé… ce n'est pas très compliqué !

Les yeux maternels me fixent, pensifs. Ils ont presque l'air en colère.

– Ce n'est pas très compliqué ? C'est ce que tu viens de dire ? Tu crois que c'est facile d'élever un enfant seule ? C'est ce que tu veux faire ? Vraiment ?

L'agressivité dans le ton de ma mère me surprend. Ce genre de discussion n'est pas habituel.

– Non, pas vraiment maman. Pour le moment en tout cas, je n'ai pas trouvé d'homme qui m'aille vraiment. Et je ne veux pas me tromper. Je n'ai pas besoin de quelqu'un qui va me dire ce que je veux entendre, puis me faire miroiter une vie géniale et me planter un marmot avant de déguerpir dès que ça deviendra trop dur. Il faut bien que ton expérience serve à quelqu'un. En plus, je refuse de me laisser dicter ma vie par mon horloge biologique. Et puis franchement, il y a assez de gosses sur terre, non ?

Seul le silence me répond. En regardant ma mère plus attentivement, je la sens glisser vers cette île, loin de tout, où la réalité, les souvenirs, les oublis et les rêves se mélangent.

Joyeux Noël, chère maman.

4

Le vendredi suivant, nous nous retrouvons chez Liz. Elle vit dans une belle maison de maître, style hôtel particulier, dans le Triangle d'or bordelais. Son cabinet, lui, est situé à côté du Grand Théâtre. Liz vient d'une famille ancienne et très aisée mais, heureusement, elle-même a toujours su rester simple.

Quand j'arrive chez elle, Mattéo, mon filleul, vient m'ouvrir la porte et me saute dessus en criant : « Maaaaaaaarraine ! » Jeanne, à son tour, s'accroche à ma jambe après avoir lâché celle de sa marraine à elle, Carole, arrivée peu avant moi. Les deux sont jumeaux, ont 8 ans et pourraient sauver le monde si seulement des savants arrivaient à percer le secret de leur énergie infinie. Mattéo est un petit gars bien charpenté, qui a une sensibilité artistique très affirmée : il prend des cours de photographie et de piano, adore peindre, dessiner… C'est un vrai bisounours hypersensible. Sa sœur, Jeanne, est menue, blonde, avec d'immenses yeux couleur d'océan Pacifique, mais il ne faut pas se fier à son aspect de petit chaton irrésistible. C'est une véritable tornade, beaucoup plus turbulente que son frère. Les deux ne se privent pas d'inquiéter leur mère : Mattéo déteste l'école et Jeanne, elle, suit assez bien les cours, mais fait le strict minimum et n'est pas vraiment… obéissante. Pour Liz, qui a toujours été très scolaire, c'est un coup dur. Elle aimerait que ses enfants suivent sa voie, mais apparemment, ils n'en ont rien à faire ! Une bonne partie du stress maternel vient de là… même si, selon moi, elle leur met la barre très haut, à ces petits. Des enfants doivent rester des enfants le plus longtemps possible.

Pour l'heure, le niveau sonore est redevenu à peu près vivable, et Guillaume, (trop) tendre moitié de Liz, descend de son bureau pour nous saluer, avant d'aller faire un squash avec des amis, comme un vendredi sur trois quand on vient manger chez eux. On ne le met pas dehors, mais il sait qu'on a besoin de se retrouver ensemble sans oreilles indiscrètes. Guillaume est très gentil, bien qu'un peu ennuyeux à mes yeux. Peut-être est-ce dû à ce métier de comptable : il est toujours calme, logique, cartésien, mesuré dans ses propos, comme si la vie était un bilan qui devait s'équilibrer. C'est un bon partenaire pour Liz, je pense, il doit

la calmer quand elle part un peu trop loin dans ses angoisses. En outre, il a un certain humour pince-sans-rire, mais il ne faut pas non plus s'attendre à ce qu'il mette de l'ambiance dans les soirées…

– Bonjour Juliette et joyeux Noël, comment vas-tu ?

– Ça va merci, joyeux Noël à toi aussi. Prêt à transpirer ?

– Bof. Mais il faut que je fasse du sport. Je flotte de plus en plus grâce à ma bouée abdominale !

– Mais non, tu es très bien comme ça, Guillaume, répond Carole, toujours envahie par la marmaille (elle attire les enfants comme un aimant, la pauvre).

– C'est gentil, Carole, mais je me suis un peu laissé aller cette année. C'est à cause du boulot : soit je mange au restaurant avec des clients, et c'est entrée/plat/dessert/vin rouge, soit je mange au bureau, et là c'est sandwich devant l'écran. Résultats des courses : j'ai pris cinq ou six kilos ces derniers mois…

– Oui, mais ça te va bien, insiste Carole, jamais à court de sollicitude.

J'interromps les commentaires de mon amie en demandant où est Liz.

– Elle est là-haut, encore au téléphone avec son père. Elle arrive.

– OK. Dis-lui qu'elle a encore trois minutes avant que j'aille raccrocher pour elle !

Un peu plus tard, une fois que Liz a couché les petits et que Guillaume est parti avec sa raquette, nous nous retrouvons enfin toutes les trois. Là, je prends conscience que Liz et Carole ont vraiment une sale tête : les cernes leur mangent le visage.

Liz annonce d'une voix exténuée, après avoir enfin mis son téléphone sur silencieux :

– Bon, alors les filles, ce soir, je vous préviens tout de suite, c'est pizza. J'ai eu une grosse journée et je n'ai pas le courage de cuisiner maintenant. Vous regardez ce que vous voulez ?

– OK, ça marche. Ça va toi ? Tu as l'air épuisée, dis-je, un peu inquiète.

– Ces derniers temps, je n'arrive pas à dormir. Avec Noël, c'est un petit peu plus calme au boulot, enfin, si on veut, mais à la maison, ça a été la folie.

– Et le réveillon ?

– Oui, enfin, tout le monde était content…
– Mais ?
– Mais… je sais pas. J'ai l'impression que… je… c'est peut-être moi qui… Je suis tout le temps épuisée ces derniers temps. Et même là, alors que j'ai levé le pied pendant les vacances de Noël, je n'arrive pas à me reposer. J'ai l'impression que mes soucis prennent le dessus tout le temps. Les petits, le cabinet, mes parents… J'ai le sentiment de ne pas en faire assez, de ne jamais satisfaire tout le monde…

Carole opine.

– Moi, c'est pareil, dit-elle. Sauf avec vous bien sûr. Et en plus…

Avant même de finir sa phrase, Carole éclate littéralement en sanglots. Liz et moi échangeons un regard entendu. À chaque fois qu'elle voit sa sœur, on doit la ramasser à la petite cuillère. Quelques minutes plus tard, Carole reprend enfin sa respiration et le cours de la discussion.

– Chloé… Chloé est enceinte.
– Ah.

Liz et moi avons la même réaction, qui manque peut-être un peu d'enthousiasme.

– Et je n'arrive pas à me réjouir pour elle, je trouve ça tellement affreux de ma part.
– Mais non, ma belle, c'est normal…

Carole est la personne la plus gentille du monde et le fait qu'elle ne se réjouisse pas de la future naissance d'un neveu peut paraître étonnant, mais il existe deux explications à sa réaction.

Premièrement, la sœur de Carole est un vrai poison. C'est une brune spectaculaire, aussi belle que vénéneuse. Elle a toujours été la préférée, celle à qui on pardonnait tout, celle qui pouvait avoir ce qu'elle voulait, celle à qui on ne disait jamais non. Cette beauté époustouflante a très vite contribué à la rendre narcissique et capricieuse à souhait, c'est-à-dire à devenir l'exact contraire de sa sœur, aussi douce que dévouée. D'ailleurs, ça a dû beaucoup énerver Chloé que

Carole se marie avec un médecin, renommé de surcroît, et elle s'est certainement juré de faire un meilleur mariage. Raison pour laquelle elle s'est mariée avec Vincent, un avocat d'affaires aux dents beaucoup trop parfaites pour être honnête. Les deux forment un couple sensationnel en matière de vacuité et d'auto-satisfaction. Il y a donc toutes les raisons de s'inquiéter quand on apprend que ces deux monstres d'égoïsme ont réussi à regarder autre chose que leur nombril pour faire un enfant.

Deuxièmement, et c'est là le vrai nœud du problème, Carole a toujours voulu avoir des enfants. Son mari et elle ont essayé, mais elle n'a jamais réussi à tomber enceinte, à son grand désespoir. Carole aurait bien adopté, mais Richard a toujours refusé, je ne sais pas très bien pourquoi. Et puis, avec le temps, Richard a été de plus en plus pris par son travail, et ils ont finalement « décidé » de ne pas en avoir (enfin, Richard a décidé, Carole a cédé), arguant qu'ils formaient déjà une famille à deux. Mais voyons les choses en face : Richard n'est jamais là. Et cette absence d'enfant reste une plaie ouverte dans le cœur de Carole, chaque nouveau bébé autour d'elle ravivant sa douleur. Je me rappelle quand Liz est tombée enceinte… elle se sentait tellement mal au moment de le dire à Carole… Rien à voir avec Chloé, qui a dû trouver ça jouissif de faire souffrir sa sœur. Et franchement, je noircis à peine le tableau, même si je dois avouer que mon jugement n'est certainement pas très objectif…

– Ma pauvre chérie, lui dis-je, compatissante. Ça doit être dur pour toi, en effet…

– Tu n'imagines pas. Mais c'est surtout la réaction de Richard qui m'a fait mal. Il a fait comme si de rien n'était, il ne m'a pas jeté un regard, il n'a pas esquissé un seul geste envers moi pour me soutenir. Il s'est juste contenté de crier « Mazel tov ! » et de trinquer avec les autres. J'ai dû faire bonne figure. Encore. Heureusement que Xavier était là. Il a senti que ça me mettait un coup, alors il m'a proposé d'aller faire un tour après le repas.

– Et qu'est-ce qu'il t'a dit ?

– Oh, de gentilles choses, tu le connais… Même s'il a le même avis que nous sur Chloé, qui a toujours l'air un peu mal à l'aise à cause de son fauteuil roulant. Comme si la sclérose en plaques était une maladie honteuse… Enfin, bon, on a pas mal parlé, ça m'a fait du bien. Tu sais comme on est proches l'un de l'autre… Il m'a d'ailleurs répété de larguer Richard et de trouver un autre mec qui me méritera…

Liz et moi n'ajoutons rien. Comme le confirme l'adage : « Qui ne dit mot consent. » On est d'accord à trois cents pour cent avec son frère. Mais on n'en parle pas vraiment pour ne pas blesser Carole.

– Ta réaction pour ta sœur est normale, reprend Liz. C'est une sale peste, qui a encore tout ce qu'elle veut. À ta place, je l'aurais tuée depuis longtemps, au moins depuis qu'elle t'a piqué Damien à la fac pour se pavaner à son bras devant toi et le larguer deux semaines après.

– Et moi, j'espère que ta sœur aura une grossesse affreuse, qu'elle vomira pendant neuf mois, qu'elle prendra trente-cinq kilos et tout un tas de vergetures, et que son petit sera moche, dis-je pour détendre Carole.

– Pff, tu parles ! C'est ça le pire ! Elle reste magnifique ! Elle m'a annoncé qu'elle avait juste PERDU deux kilos depuis le début de sa grossesse, ce qui est quand même extraordinaire ! T'es pas censée PRENDRE du poids ? Je suis sûre qu'elle fait un régime spécial pour ne pas grossir… Et je ne te parle même pas de son décolleté ! Elle est encore plus belle que d'habitude !

– Ne t'inquiète pas, siffle Liz, elle finira comme toutes les femmes enceintes, avec un ventre énorme, la démarche de canard, les pieds gonflés et même des hémorroïdes si on a un peu de chance…

Cela redonne un peu le sourire à Carole, qui reprend du poil de la bête. Liz en profite pour commander les trois calzones et moi pour verser un peu de rouge dans les verres. On ne se refait pas.

– Allez les filles, trinquons à la fin de cette année et au début de la prochaine.

– Mais c'est demain le réveillon du Nouvel An ! me dit Liz, toujours à cheval sur les dates.

– Oui, mais demain on sera cinquante. Ce soir, les filles, j'aimerais que l'on se promette mutuellement de penser à nous et de nous faire du bien pendant toute l'année qui arrive. On arrête de se prendre la tête, OK ?

Et d'une seule voix, nous trinquons : « Croix de bois, croix de fer, si je mens, je vous paye un verre ! »

5

Quelques semaines plus tard.

Le temps passe vite. Tellement vite. C’est ce que je me dis en me regardant dans le miroir. Nous sommes déjà le 9 mars, et aujourd’hui, j’ai 36 ans. C’est bizarre, d’ailleurs, parce que dans la glace comme dans ma tête, je ne me suis pas vu vieillir. J’ai l’impression d’être la même depuis toutes ces années, d’être encore jeune, pétillante, invincible. Mais évidemment, plus le temps passe, moins c’est vrai…

Après m’être douchée et habillée, je me dirige vers mon lieu de travail. Je travaille à la mission locale. Mon job, c’est d’accueillir des jeunes et de les aider à s’intégrer dans le monde du travail, en les accompagnant dans la recherche de formations ou d’emplois. Je fais ce boulot par conviction, et je l’aime beaucoup, mais cela ne m’empêche pas, quelquefois, de « saturer » un peu. Certains de mes collègues sont partis à cause de cela : cette impression tenace de nous battre contre des moulins à vent… Pour un jeune qu’on accompagne avec succès, j’ai le sentiment qu’il y en a dix qui payent le prix de leur origine, quelle qu’elle soit. Car inutile de vous dire que ce ne sont pas des petits comme Mattéo et Jeanne que je suis chaque jour. Mon agence est à Lormont, en banlieue de Bordeaux, dans une cité qui « craint ». Tous les jours, je vois des jeunes qui ont abandonné leurs études, qui ne comprennent pas ce qu’on attend d’eux parce qu’eux n’attendent plus rien des autres, qui n’ont pas les codes pour s’intégrer correctement. Sauf que moi, je ne les considère pas comme des « petits cons », contrairement à beaucoup de gens qui ne veulent pas se poser trop de questions. Je vois, moi, des parents et des services publics démissionnaires, des gens qu’on a entassés ensemble sans aucun horizon professionnel, des personnes qu’on a abandonnées à leur sort. C’est vrai qu’il y en a que l’on frapperait bien quelquefois, mais finalement c’est assez rare. Et l’insolence et la provocation sont souvent les seules armes qu’ils connaissent. La plupart de ceux que je vois ont quand même envie de s’en sortir, mais n’ont pas les bonnes cartes en main. Mon job, c’est de remplacer leur paire de sept par une quinte flush, ou au moins

un brelan si je ne peux faire mieux…

Nous ne sommes pas nombreux à jouer les missionnaires. J'ai quatre collègues : Latifa, Anne-Cécile, Laure et Jérémie, mon patron. À nous quatre, nous gérons des dizaines et des dizaines de dossiers, et chaque jour amène son nouveau lot de personnes qui poussent la porte de l'agence en espérant non pas une vie meilleure, mais… juste galérer un peu moins. Parfois, je me dis que nous sommes les derniers Jedi en activité, et que notre job est d'empêcher les jeunes de tomber du côté obscur de la Force. Bon, ça, c'est quand je suis dans un bon jour… Les mauvais, je me dis qu'il n'y a rien à faire contre l'Étoile de la Mort et que Yoda ressemble juste à une pistache ridée et boiteuse qui a des problèmes évidents de syntaxe. Mais en règle générale, en dépit de ces coups de mou intempestifs, du manque de moyens, des difficultés administratives et des jugements à l'emporte-pièce de certains, je vis assez bien mon travail, car j'ai malgré tout l'impression d'être utile. La bonne entente avec mes collègues y contribue aussi. On n'a peut être pas beaucoup de solutions, mais au moins on rigole… C'est déjà ça, et ça nous permet de prendre un peu de recul par rapport à certaines situations vraiment difficiles.

À mon arrivée au travail, d'ailleurs, tout le monde me souhaite mon anniversaire avec un grand sourire bizarre et des chuchotements entendus, comme s'ils me préparaient une surprise. Une fois franchie la porte de mon bureau, je comprends mieux les réactions de mes collègues quand je tombe nez à nez avec un immense bouquet de fleurs. Je devine tout de suite qui en est l'expéditeur : Armand. Il va me le payer, s'il croit qu'il peut impunément m'envoyer des kilos de fleurs et me mettre la honte au travail. C'est vrai que ça ne marche pas trop mal nous deux, mais enfin, bon, de là à s'emballer… Il va falloir que je mette les points sur les « i ». Et puis, je ne suis pas très fleurs en plus, c'est tellement cliché. Manquerait plus qu'il m'offre des chocolats pour la Saint-Valentin…

Le midi, mes collèges m'invitent au restaurant pour fêter mes trente-six ans. Latifa, une belle brune d'origine tunisienne qui n'a pas la langue dans sa poche, attaque dès le début du repas :

– Alors Juju ? Tu vas nous dire qui t'a envoyé ce superbe bouquet ? Tu as fait des jalouses, tu sais…

Jérémie, mon boss, lève les yeux au ciel en soupirant. Il savait que Latifa (sa copine, entre nous soit dit), finirait par craquer et me poser LA question essentielle du jour.

– C'est Luis ! claironne Anne-Cé.
– Mais non, lui répond Latifa, tu sais bien que Luis c'est fini ! Ce ne serait pas ce fameux Benjamin ?

Je reste silencieuse et me contente de sourire.

– Bon, les filles, arrêtez là, vous voyez bien qu'elle ne veut pas nous le dire, me défend Laure.

Et ça continue comme ça pendant un moment : toutes mes dernières conquêtes y passent (ce qui d'ailleurs me fait réaliser que je les ai pas mal enchaînées ces derniers temps). Je les écoute se chamailler en souriant. Évidemment, tout le monde au travail sait que ma vie affective est, disons, mouvementée. J'en parle librement lors des pauses café, et mes collègues (sauf peut-être Jérémie) sont comme Carole et Liz, elles raffolent de ce genre de gentils commérages. En revanche, personne n'est au courant pour Armand et moi. Je ne pense pas que ça poserait de problème particulier, car Armand ne vient pas souvent à la mission, mais bon, je ne souhaite pas rendre notre relation « officielle », car ça ne fait que deux, trois mois qu'on sort ensemble. Et puis le secret, ça ajoute toujours un peu de piquant !

– En fait, reprend Laure, je suis sûre que tu as un copain, mais comme tu ne nous en parles pas, je dirais que… soit on le connaît, soit c'est sérieux cette fois-ci…

Mince. J'adore Laure, mais elle est beaucoup trop perspicace parfois. Pour riposter sans trop me trahir, j'adopte donc la posture suivante : « Dites ce que vous voulez, la bave du crapaud n'atteint pas la blanche colombe », et je fais l'indifférente… J'espère seulement que ça suffira pour que les déductions n'aillent pas plus loin. Laure semble le comprendre et, magnanime, change bientôt de sujet pour s'attaquer aux histoires de cœur d'Anne-Cé. Elle a effectivement plus de soucis que moi : c'est une grande romantique bien fleur bleue, du coup, elle se fait avoir à chaque fois. Chacune son tour. Je souffle un peu.

Le problème, c'est que Laure a plus ou moins raison. Avec Armand, ça marche très bien. Trop bien même. Tellement bien que ça me fait un peu bizarre. D'habitude, les types avec qui je sors, je les cerne très vite, et je me lasse très vite aussi. Avec Armand, c'est différent. Déjà, c'est lui qui m'a draguée, ce qui n'est pas très habituel. Surtout au travail, où je verrouille complètement ce genre de relations. Mais imaginez qu'un sosie de Romain Duris vienne vous draguer… Vous me suivez ? En plus, pour ne rien gâcher, il est très intelligent et cultivé. Et, *last but not least*, ça colle très bien au niveau… enfin vous voyez quoi.

Alors, je ne sais pas trop pourquoi je n'arrive pas à m'investir davantage. Je dois sentir qu'un truc cloche chez lui. J'ai une sorte de sixième sens pour ce genre de choses, même quand le type en question a l'air tout à fait normal. Peut-être que c'est son côté trop parfait ? Du coup, je préfère faire attention et ne pas me jeter à corps perdu dans cette relation. C'est toujours louche quand ça se passe trop bien…

Le soir même, je le rejoins pour un dîner « en amoureux », au Mokoji, un restaurant coréen dont je raffole, près de la place Camille-Julian. Après avoir commandé du *kimchi*, des *pajeons* aux fruits de mer, deux *bulgogis* et une bouteille d'entre-deux-mers pour faire passer tout ça, Armand me regarde d'un air cachottier. Qu'est-ce qu'il manigance ?

– Bon, pour ton anniversaire, je ne savais pas trop quoi t'offrir…
– Et donc tu t'es dit que m'envoyer trois douzaines de roses au boulot, c'était une bonne idée ?

Je regrette immédiatement mon ton un peu dur. Je sais que ça partait d'une bonne intention.

– Ça ne t'a pas plu ?

Je perçois de la panique dans sa voix.

– Non, pardon, c'est juste que… tu sais que je n'aime pas les… trucs comme ça.

Effectivement, je ne suis pas fan des preuves d'amour trop envahissantes : les bisous en public, les « ma chérie » ou « mon petit cœur ». Ça m'a toujours

gênée.

– Tu sais que je n'ai pas signé la carte exprès pour que Laure et les autres ne sachent pas que c'était moi ?

– Oui oui, pas de problème. Mais tu imagines bien que les filles m'en ont parlé toute la journée !

Il sourit et paraît presque fier de lui.

– Mais où es-tu allé chercher cette idée ? Ça ne se fait plus depuis les années cinquante, non, d'envoyer des roses rouges à sa copine !

– Euh, je ne sais pas. J'imagine que j'ai juste voulu te faire plaisir. Mais je vois que ça n'a pas marché.

Il se décompose. J'y suis allée un peu trop fort.

– Excuse-moi, je ne voulais pas te faire de peine. C'est juste que ça fait seulement quelques mois qu'on sort ensemble, et je ne veux pas aller trop vite.

– Trop vite ? Juste pour un bouquet ?

– Disons que… pour moi, c'est bizarre. Je n'ai pas l'habitude. Mais ça m'a quand même fait plaisir…

– OK. Je crois que tu ne vas pas trop apprécier mon prochain cadeau alors…

– C'est-à-dire ?

– Euh, c'est que… en fait… j'ai fait faire ça aujourd'hui pour toi. Mais ce n'est pas grave si tu ne la veux pas. Je comprendrai. C'était juste pour te montrer que… je tiens à toi.

Et sous mes yeux ébahis, il me sort une petite boîte carrée de la forme… d'un petit écrin à bijou…

Il ne m'a pas offert une bague quand même ?

Aussi anxieux que moi, il me regarde ouvrir la boîte en se tordant les mains.

Une…clef ?

Je ne sais pas si je dois être soulagée ou…

– En fait, c'est la clef de chez moi.

… paniquer.

Il rajoute précipitamment :

– Ce n’est pas pour que tu viennes t’installer, ne t’inquiète pas. C’était pour que… tu puisses sans problème accéder ou partir de chez moi quand tu veux. Je ne t’oblige évidemment à rien. C’était pour… enfin, tu vois quoi.

– Écoute, c’est très gentil de ta part, et ça me touche réellement. Je ne suis pas sûre d’en avoir vraiment besoin, pas pour le moment en tout cas. Mais ça me fait plaisir que tu y aies pensé.

Je suis en train de m’enfoncer…

– Euh… tu sais quoi ? Je vais la garder. C’est vrai qu’on ne sait jamais, ça peut servir. Je te remercie en tout cas…

J’essaye tant bien que mal de remonter à la surface. Faudrait pas non plus que ça tourne au vinaigre, cette histoire !

– Super, me dit-il d’un ton aussi faussement enthousiaste que le mien.

Puis il rajoute, l’air penaud :

– J’avais peur que ce soit… un peu trop pour toi. Je vois que j’aurais dû écouter cette petite voix.

– Non, non, c’est moi. Ne t’inquiète pas. On passe de bons moments ensemble, et c’est pour ça que je ne veux pas aller trop vite…

– D’accord, pas de problème. J’attendrai le temps qu’il faudra… Tu vaux le coup, je crois, ajoute-t-il avec un sourire en coin. Mais j’aimerais bien savoir un jour… le secret de cette indépendance farouche !

– Si seulement je le savais moi-même !

Et je suis sincère.

6

Quelques semaines plus tard.

« Bonjour à tous, nous sommes le jeudi 25 mai sur Radio 33, il est sept heures, et c’est l’heure du bulletin d’information, présenté par Laura Terruel, notre "journaliste bonne humeur", qui commence tous ses flashs infos par une bonne nouvelle ! Les titres aujourd’hui… »

Le radio-réveil. Ma main l’éteint pendant que mes yeux s’ouvrent péniblement. C’est l’heure de se lever, déjà. Un peu au radar, je me dirige silencieusement vers la salle de bain. Je dis silencieusement, parce que je ne veux pas réveiller Liz, qui est restée dormir à la maison. Enfin, pour être exacte, elle s’est endormie malgré elle sur mon canapé alors que j’avais mis un film, après avoir mangé seulement trois bouchées du délicieux couscous que j’avais pris chez Farid, mon fournisseur officiel. Je n’ai pas eu le cœur de la réveiller. Je l’ai donc couverte d’une couette bien chaude avant de prévenir Guillaume, son mari, qui était moyennement heureux d’apprendre que sa femme ne rentrerait pas. Et inquiet aussi.

Il n’est pas le seul à se faire du souci. Vendredi dernier, par exemple, on ne s’est pas vues toutes les trois, ce qui n’arrive jamais sauf quand nous sommes en vacances ailleurs : Liz a décommandé au dernier moment pour bosser. La semaine précédente, elle était déjà arrivée bien tard, avec une tête de zombie…

Avec Carole, on essaie de lui dire de ralentir, de prendre du recul, mais c’est compliqué. Elle veut tellement bien faire tout le temps. Et puis ses parents lui mettent une de ces pressions ! Enfin, surtout sa mère, Geneviève. Elle est assez… spéciale : très collet monté, toujours en train de se soucier du qu’en-dira-t-on… C’est un vrai bourreau de travail. Elle est juriste et dirige le service des RH du cabinet d’une main de fer… dans un gant de fer. Bref, c’est un peu Terminator en tailleur-jupe.

Sous la douche, je pense à ce que Liz m’a dit hier soir. Elle est arrivée à

l’improviste presque en pleurant, alors que je me préparais à rejoindre Armand au Cock and Bull, un pub du cours Pasteur. Vu l’état dans lequel elle était, j’ai tout de suite annulé mon rendez-vous. Et quand je lui ai demandé ce qui se passait, elle m’a raconté que l’un de ses gros clients, un restaurateur qui possède plusieurs restaurants dans la région, lui avait demandé, en gros, de « fermer les yeux » sur certaines pratiques pas vraiment légales (ne me demandez pas exactement quoi, je ne comprends rien à la compta). Elle a bien sûr refusé, en lui expliquant les risques qu’il encourait, ainsi que ceux qu’il faisait courir au cabinet en cas de contrôle fiscal ou de l'Urssaf, par exemple. Mais apparemment, il lui a fait comprendre à demi-mot que ce n’était pas la première fois qu’il demandait ce genre de faveur, et que les parents de Liz ne lui avaient jamais refusé quoi que ce soit. Le ton est monté, et le client a menacé de changer de comptable avant de partir. Mais une demi-heure après, la mère de Liz l’a appelée en lui disant qu’il fallait, certaines fois, savoir… s’arranger… surtout pour un client de cette envergure. Liz est tombée des nues.

Évidemment, elle n’est pas née de la dernière pluie. Elle sait que certaines fois, elle est obligée, souvent pour des raisons commerciales, de s’arranger un peu avec les règles, mais elle sait aussi qu’il ne faut pas dépasser certaines limites. Si, par exemple, le client fait l’innocent et se retourne contre elle pour « défaut de conseil », elle risque gros (elle pourrait même perdre le droit d’exercer). Du coup, elle ne comprend pas que ses parents prennent ce risque. Mais en même temps, si elle leur tient tête, elle risque de perdre ce client, qui leur rapporte une coquette somme chaque mois. C’est un vrai pacte faustien qu’il lui propose.

De mon côté, je pense que si elle est venue me voir, c’était pour que je lui dise qu’elle avait bien fait de tenir tête à ce client, même si elle n’a pas encore pris de décision. Je lui a donc conseillé de refiler le dossier à un autre collaborateur, ou à son père. Mais c’est la réputation et la santé financière de son cabinet qui sont en jeu et elle n’arrive pas à lâcher prise, ce que je comprends : elle est censée le reprendre bientôt…

J’ai parfois l’impression que ce cabinet est une sorte de malédiction pour Liz : je ne l’ai jamais vue aussi stressée, épuisée, tendue, voire parfois agressive depuis qu’elle y travaille. Dernièrement, elle se prend même la tête avec d’autres collaborateurs, pour des broutilles. Mais je crois qu’elle est tellement crevée qu’elle n’arrive plus à faire la différence entre ce qui est réellement important et

ce qui l'est moins. La dernière fois que je lui ai dit ça, elle m'a d'ailleurs rétorqué : « Tu ne comprends pas ! Tout est toujours très important et très urgent ! »… Vous voyez le problème ?

Une fois ma douche terminée, je prépare du café et je me décide finalement à réveiller Liz, qui met plusieurs secondes à comprendre ce qu'elle fait sur mon canapé, encore toute habillée. Son maquillage a coulé sur ses cernes, ses habits sont froissés, elle a d'énormes marques d'oreiller (enfin de canapé) sur son visage, et on dirait qu'elle a piqué la coupe de cheveux de Desireless. Bref, elle n'est pas super présentable. Et elle a à peine ouvert les yeux que je sens son anxiété monter en flèche :

– Oh non ! J'ai dormi ici ?

– Oui… désolée, je n'ai pas eu le cœur de te réveiller. Je suis allée dix minutes dans la chambre pour appeler ma mère et tu t'es endormie devant le film comme un bébé.

– Oh la la, c'est une catastrophe ! Je devais me lever tôt pour amener les petits à l'école et vérifier un bilan avant d'aller le présenter !

– *Don't worry !* J'ai prévenu ton comptable de mari, il m'a dit qu'il gérait.

– Oui, mais je suis déjà en retard. Faut que j'y aille !

– Bois au moins un café ! Et puis tu ne vas pas y aller comme ça ! On dirait que tu as dormi dans un carton ! Il faut que tu passes chez toi te changer ! Je te prêterais bien des vêtements mais je n'ai pas vraiment la garde-robe appropriée…

Mais Liz a déjà son smartphone dans la main et le manipule fébrilement. Il est sept heures trente et elle a déjà je ne sais combien de messages de sa mère, son père, etc.

Je vais lui chercher un café dans la cuisine et quand je reviens, je la vois, comme au ralenti, s'effondrer sur le tapis du salon. Je me précipite vers elle : elle a le teint cireux, les yeux exorbités, la respiration saccadée et les mains sur sa poitrine.

– Liz ! LIZ !!!! Qu'est-ce que tu as ? Qu'est-ce qui se passe ?

– Je ne… sais… pas, dit -elle d'une voix faible et hachée, pleine de panique. Je… ne… peux plus… respirer ! Et… mon cœur… Je sens qu… !

Je commence à paniquer moi aussi. Elle fait peut-être un infarctus ! Alors que je cherche mon téléphone des yeux pour appeler les urgences, je me rappelle soudain que le voisin du dessous est docteur. Je dévale donc les escaliers et frappe à sa porte comme une forcenée. Heureusement, il est déjà réveillé et réagit rapidement. Quand on remonte tous les deux, après que je lui ai expliqué ce qui se passe, Liz respire de façon toujours aussi saccadée. Le voisin me dit d'appeler les secours au cas où, et sans attendre commence à l'ausculter sous toutes les coutures, tout en essayant de faire en sorte qu'elle respire plus lentement. Il a également, Dieu merci, une sorte de machine portative qui lui permet de faire un électrocardiogramme en direct. L'opératrice, à qui j'ai dit qu'un médecin était déjà sur place, me demande de lui passer le téléphone, et il me fait signe de continuer les exercices respiratoires avec Liz pendant qu'il discute avec les urgences. Il ne paraît pas paniqué, ce qui est, somme toute, assez rassurant. La respiration de Liz, de son côté, se calme progressivement : le fait de se concentrer sur l'inspiration et l'expiration, comme le docteur l'a demandé, semble fonctionner. Et en fait, ça m'apaise moi aussi.

Quand le médecin raccroche, il nous regarde calmement et nous dit :

– Bon, tout d'abord, après auscultation, je ne pense pas que cela soit un infarctus. L'électrocardio est normal. Je n'ai rien entendu au niveau cardiaque et la douleur ressentie n'est pas, selon ce que vous m'avez dit, tout à fait la même que pour une crise cardiaque. De plus, cette douleur a maintenant disparu, n'est-ce pas, madame ?

– Oui, tout à fait, répond Liz, qui respire presque normalement.

– En cas de crise cardiaque, la douleur ne se serait pas calmée comme ça, au contraire. Bon, évidemment, je vais vous prescrire des examens complémentaires à faire rapidement, mais je suis sûr de moi à quatre-vingt dix-neuf pour cent. Du coup, j'ai dit aux urgences que ce n'était pas la peine de se déplacer.

– Mais alors c'est quoi ? Vous n'avez pas vu son état ?

– Pouvez-vous nous laisser quelques minutes, mademoiselle Bergson ? J'aimerais poser des questions à votre amie.

Liz réagit, mais d'une voix éteinte, comme si elle était vidée de son énergie :

– Je n'ai rien à cacher, vous pouvez me poser des questions devant elle.

– OK, c'est à vous de voir. Est-ce que vous prenez des médicaments ces

derniers temps ?

– Oui, dit-elle du bout des lèvres. Je prends des anxiolytiques. De l'Atarax notamment, mais pas régulièrement.

Liz prend des médocs contre l'anxiété ?! Mince. Je sentais qu'elle n'était pas bien, mais pas à ce point-là…

– OK. Et comment vous sentez-vous ces derniers temps ? Est-ce que vous êtes stressée ? Sous pression ?

Je hoche la tête vigoureusement. Liz, elle, fait la moue et ne répond pas tout de suite. Je la connais, elle ne veut pas exposer ses problèmes à un inconnu. Elle finit cependant par s'y résoudre.

– Oui, on va dire que ces derniers temps, je ne suis vraiment pas… en forme…

– Très bien. Écoutez, je ne suis pas votre médecin traitant, mais je vous conseille vivement de retourner le voir rapidement. Je crois, de mon côté, que vous avez fait une grosse crise d'angoisse, dont les symptômes sont souvent confondus avec ceux d'un infarctus. Je ne sais pas exactement ce qui vous met dans cet état, mais pour moi, vous avez vraiment besoin de repos…

– Mais je ne peux pas ! J'ai trop de choses à faire !

On sent que Liz est au bord des larmes. Le docteur la regarde avec compassion, mais lui dit fermement :

– Écoutez madame, je ne vous connais pas, mais j'ai assez d'expérience pour reconnaître quelqu'un qui va droit au burn out. Je vais vous poser des questions, répondez juste par oui ou non. Vous êtes très impliquée dans votre travail ? Personnellement je veux dire ?

– Oui, on peut dire ça.

– Vous travaillez énormément ?

– Ou… oui.

– Vous avez l'impression que vous travaillez comme une folle mais que ça n'avance pas aussi vite que prévu ? Vous avez un certain sentiment d'impuissance quelquefois ?

– Oui, mais…

Le docteur ne se laisse pas interrompre.

– Vous commencez à décommander certains engagements privés pour pouvoir travailler ?

Je pense à vendredi dernier. Liz, elle, acquiesce silencieusement.

– Vous avez des sautes d'humeur au travail, vous vivez des conflits, vous vous sentez tendue ?

Encore une fois, Liz hoche la tête.

– Bien. Je dois aller plus loin ou vous avez compris ?

Liz baisse le regard, comme une écolière prise en faute.

– Écoutez, reprend le docteur, je vais vous faire un arrêt d'une semaine. Et ça, par contre, c'est non négociable. Vous DEVEZ vous reposer et aller voir votre médecin. C'est compris ?

– Oui, docteur.

– Bien. Évidemment, si les douleurs thoraciques reviennent et qu'elles ne se calment pas après quelques minutes, et qu'elles sont accompagnées d'autres symptômes de type palpitations, nausées, difficultés à respirer, douleurs dans le bras, etc., il ne faut pas hésiter à rappeler les urgences, d'accord ?

– D'accord.

Quelques minutes plus tard, le docteur Trussard (j'avais oublié son nom dans la panique) redescend à son étage. Je le raccompagne jusqu'à sa porte, en le remerciant chaudement, et il me répond, l'air un peu préoccupé :

– C'est normal. Mais pour votre amie, il faut vraiment qu'elle se repose et qu'elle lève le pied. Je ne plaisante pas. Qu'elle continue comme ça et ses crises vont s'intensifier et devenir plus fréquentes, et elle finira de toutes façons par faire une grosse dépression. J'en vois tous les jours, des gens comme elle. Et quand la dépression s'installe… c'est vraiment plus compliqué. Il faut savoir dire stop avant qu'elle arrive.

– Très bien, docteur, merci beaucoup. Je veillerai sur elle.

– OK. Tenez-moi au courant à l'occasion !

– Très bien. Encore merci !

Quand je reviens dans mon appartement, Liz a repris quelques couleurs. Elle me regarde, l’œil un peu vide, et me dit d’une voix lugubre :

– Ma mère va me tuer !

7

Je suis toujours inquiète pour Liz. Sa crise de la semaine dernière ne l'a pas arrêtée. J'ai appelé Guillaume, qui est venue la chercher chez moi, et elle a dormi toute la journée. Mais elle est finalement retournée travailler le lendemain. Le soir, Carole et moi sommes allées chez elle, mais elle était dans un tel état qu'elle est allée se coucher à vingt et une heures. J'ai fait promettre à Guillaume, avant de partir, de vérifier qu'elle passait bien tous les examens requis. Ce qu'il a fait, et, de ce côté-là, tout va bien, comme le docteur l'avait prédit. C'était donc bien une crise d'angoisse.

Depuis, j'appelle Liz chaque jour, et ça a l'air d'aller un peu mieux, même si ce n'est pas facile de lever le pied. Ses parents ont bien compris qu'elle était stressée, mais pour eux, c'est elle qui a un problème et qui « fait la chochotte ». Ils lui ont juste dit qu'elle devait mieux s'organiser ! Du coup, elle culpabilise encore plus ! J'enrage quand j'y pense. Mais heureusement, son mari, Guillaume, est de notre côté, ce qui me surprend, car je le pensais « à la botte » de ses beaux-parents. Il l'oblige à ne pas prendre du boulot à la maison, et il fait aussi des efforts pour la décharger avec les tâches ménagères…

Ce soir, nous devons nous voir toutes les trois, et on s'est mises d'accord avec Carole pour retourner la voir chez elle. En attendant, je dois aller bosser, moi aussi. Dans la cage d'escalier, je croise le docteur Trussard, qui me sourit chaleureusement et demande des nouvelles de Liz :

– Eh bien, elle a fait tous les examens et en effet, elle n'a pas de problème cardiaque. Elle a fait un test d'efforts et d'autres contrôles. Tout va bien.

– Et elle s'est arrêtée ?

– Euh, non, pas vraiment…

– J'en étais sûr, soupire mon voisin. Ce n'est pas faute de l'avoir prévenue. Si elle continue comme ça…

– Je sais docteur. On la travaille au corps, ne vous inquiétez pas. Je la vois encore ce soir et je vais lui en parler. Encore.

– OK, très bien. Qu’elle vienne me voir au cabinet si elle le souhaite.

Après l’avoir remercié chaudement, j’enfourche mon vélo et pédale jusqu’au bureau. Une fois arrivée, je salue Jérémie et Latifa, qui arrivent toujours les premiers, et récupère mon courrier. La récolte est maigre aujourd’hui : une lettre du conseil général et une autre sur laquelle mon nom, mes coordonnées, et la mention « personnel » sont notés à la main, d’une écriture pressée mais élégante, plutôt féminine.

L’expéditeur n’est pas indiqué. Bizarre. Avec l’avènement des e-mails, de Facebook et du reste, on n’en reçoit quasiment plus, des lettres manuscrites. Et celle-ci a apparemment été expédiée depuis Tahiti ! Encore plus bizarre. Je ne connais absolument personne là-bas.

Intriguée, j’examine ce pli sous toutes les coutures et finis par l’ouvrir. Il me faut un moment pour réaliser ce que je suis en train de lire…

Chère Juliette,

Nous ne nous connaissons pas, et je suis désolée de vous contacter de cette manière-là, mais c’était pour moi la meilleure façon d’exposer ce que j’avais à vous dire. Je suis désolée de devoir vous annoncer tout ce qui suit par écrit. J’aurais préféré le faire de vive voix, mais le temps me manque et je n’étais pas sûre que vous acceptiez de me parler par téléphone.

Je m’appelle Teani Baumann, j’habite à Tahiti, et je suis mariée depuis maintenant vingt-sept ans à Christian Baumann. Je vous contacte parce que mon mari est, selon toute probabilité, votre père biologique, même si j’imagine que votre mère, Anne Bergson, ou « Anne Geoffroy » à l’époque, vous a déjà mise au courant.

Votre père est actuellement atteint d’un cancer de stade trois. Et pour tout vous dire, ses chances de survie sont faibles, car c’est un cancer assez agressif. Je suis encore une fois désolée de vous l’apprendre ainsi.

Je sais que vous ne le connaissez pas, et que vous avez certainement beaucoup de questions à lui poser. Je ne vous écris pas, d’ailleurs, pour vous donner des réponses que seul lui connaît. Je peux seulement vous dire, si cela

peut vous « apaiser », qu'il est au courant de votre existence depuis seulement quelques semaines. Il se refuse cependant à vous contacter car il ne veut pas vous perturber et vous imposer sa maladie. Il n'est d'ailleurs pas au courant que je vous ai envoyé cette lettre. Mais je SAIS qu'il aimerait vraiment vous voir.

Si vous souhaitez nous contacter, ou venir nous voir, voici mes coordonnées. Je vous paierai le billet jusqu'à Papeete si vous désirez venir et que vous n'en avez pas les moyens. Je vous en prie, prenez du temps pour réfléchir, mais ne tardez pas trop. Chaque minute compte.

Teani Baumann

PS : si vous vous posez la question, je vous ai envoyé cette lettre à votre lieu de travail, car après avoir cherché sur Internet, c'est la seule adresse que j'ai trouvée pour vous joindre.

Les coordonnées de Teani Baumann figurent en fin de lettre.

Mon père ? Mais bon sang c'est quoi ce bordel ??

***

Je suis restée sidérée un bon moment. Vers neuf heures et demie, un jeune homme qui avait un rendez-vous de suivi m'a sortie de mes pensées confuses. Puis tout s'est enchaîné et j'ai dû me concentrer sur autre chose, mais le contenu de cette lettre a continué de me hanter, comme un acouphène ou un virus informatique qui s'installe alors que vous naviguez sur Internet. J'ai bien conscience que j'ai été bizarre toute la journée, comme absente, ce que mes collègues n'ont pas manqué de remarquer. Je ne leur ai d'ailleurs rien dit, car je ne parle jamais de cet aspect de ma vie. Mais je suis comme en état de choc, car non seulement je ne m'attendais pas à recevoir de nouvelles de mon père, mais je n'ai en plus jamais entendu parler de ce Christian Baumann.

J'ai passé pas mal de temps, enfant, à me demander pourquoi mon père n'avait pas pris la peine de rester avec nous. J'ai voulu plusieurs fois en parler à ma mère, mais manifestement, ce sujet de discussion n'était pas le bienvenu. La seule réponse à mes questions était grosso modo : « Ton père n'existe plus pour nous depuis qu'il nous a trahies. Et de toute façon, tous les hommes sont des

lâches. On n’a pas besoin d’eux. »

Cette réponse peut sembler assez extrême, mais il faut comprendre ma mère. D’après ce que je sais (mais je commence à douter de ce que je sais), mon père était un certain Paul Bergson. Ma mère et lui ont été mariés quelques mois, un an peut-être. Ils se sont mariés à la va-vite d’ailleurs, car ma mère était déjà enceinte à ce moment-là. C’est le seul point qui semble correspondre à l’histoire de cette femme puisqu’effectivement, à part le nom qu’il m’a laissé, rien ne prouve que Paul Bergson était bien mon père. Puis ils ont divorcé, après de terribles disputes. Je n’en sais pas plus. Ma mère n’a plus jamais aimé d’homme, à ma connaissance du moins. Et ce Paul Bergson est mort il y a plus de quinze ans dans un accident de voiture. J’avoue ne pas avoir versé une larme à sa mort et ne pas être allée à son enterrement. Mis à part pendant mes premiers mois, je n’ai jamais vraiment eu de rapport avec lui et lui n’a jamais cherché à en créer non plus. J’ai donc finalement décidé que mon père était parti parce que c’était un sale type, et qu’il ne valait pas la peine qu’on s'intéresse à lui. Je l’ai relégué aux oubliettes. J’imagine que cette décision a influencé mes relations actuelles. Mais sincèrement, je m’en fiche.

Donc l’arrivée de ce Christian Baumann me chamboule et me laisse même assez incrédule. Au début, j’ai pensé à une plaisanterie. Très douteuse, mais bon. J’ai passé le temps libre de ma journée à essayer de chercher des informations sur ce type, et j’en ai trouvé quelques-unes. Un Christian Baumann habite effectivement à Tahiti, est à la tête d’une entreprise bien installée dans le commerce des perles noires, a une femme et une fille de vingt-cinq ans. Mais ni lui, ni sa femme, ni sa fille ne semblent avoir de profil Facebook, LinkedIn ou autre, donc difficile d’en savoir plus. J’ai également trouvé une photo de lui sur le site de son entreprise. J’ai vu un homme bronzé, très grand, avec de beaux cheveux blonds et un regard perçant. Un peu comme moi en fait, ce qui m’a fait flipper. On ne le voit pas très bien, car il est entouré de son équipe, mais il a l’air… gentil. Mais j’imagine que Pinochet ou Hitler auraient semblé aussi gentils sur ce type de photo commerciale, avec un lagon turquoise au troisième plan.

Après avoir quitté le bureau, sous les yeux inquisiteurs de Latifa et Laure, je me dirige directement vers l’appartement de ma mère, rue de la Course. Je veux des explications. Et j’espère sincèrement qu’elle en aura pour moi, car je ne comprends rien à toute cette histoire. Je croise Christine, qui m’informe de l’état

de ma mère : elle a connu mieux. Ces derniers temps, les épisodes confus se rapprochent et ça m'angoisse. Un jour, elle ne me reconnaîtra plus. Je deviendrai une étrangère. Et à ce moment-là, je n'aurai plus ni père ni mère. Enfin, ça, c'était ce que je pensais avant. Il s'avère que mon père est peut-être ce type mourant de l'autre côté du globe, et non l'homme qui est déjà mort depuis quinze ans. Géniale. Ma vie est géniale.

Après avoir pris congès de Christine, je me dirige vers la chambre de ma mère, où elle passe le plus clair de son temps, allongée sur son lit. Son état se dégrade, rapidement selon moi, mais les médecins disent que la dégradation se fait souvent par paliers, avec des périodes de ralentissement de la maladie suivies d'autres plus difficiles. Et là, on est dans le dur. Ce qui ne facilite pas ce que j'ai à faire. Car quand elle est confuse, ma mère est assez imprévisible. J'espère pouvoir la confier le plus vite possible à un institut spécialisé pour qu'elle soit soignée correctement. Sinon, je vais devoir bientôt la prendre chez moi, car elle ne pourra plus rester seule le soir, même si je viens quasiment un soir sur deux passer du temps avec elle. Deux amies de ma mère, Nadine et Rachel, anciennes institutrices elles aussi, viennent régulièrement veiller sur elle. Je me demande deux minutes si elles sont au courant de ce que je veux savoir, mais après réflexion, je ne le pense pas. Elles ont connu ma mère sur le tard, bien après sa mutation à Bordeaux, et ça m'étonnerait que ma chère maman se soit épanchée sur des sujets si personnels avec elles. Elle a toujours été très… réservée concernant sa vie privée.

Ma mère est allongée dans son lit. Je l'embrasse doucement et elle me sourit, mais d'un sourire lointain, absent.

– Ça va, maman ? Comment ça a été aujourd'hui ? Tu es allée te promener avec Christine ?

Ma mère se tourne vers moi, mais j'ai l'impression que son regard me traverse.

– Maman ? Tu m'entends ? C'est moi, Juliette…

À la mention de ce prénom, ma mère a l'air de revenir un peu plus sur terre. Elle cligne des yeux et fait visiblement un effort pour se souvenir. Puis tout d'un coup, son visage s'éclaire.

– Juliette, ma chérie ! Comment ça va ? Tu veux manger ?
– Non maman, merci, ça va, je n’ai pas faim. Je peux te parler ?
– Mais bien sûr. Tu sais que tu peux tout dire à ta maman.

Depuis quelques temps, ma mère semble revenir à l’époque où j’étais petite fille et me parle comme à une enfant. C’est perturbant, mais on fait avec.

J’hésite. Je ne sais pas si c’est une bonne idée de lui parler de tout ça, mais il n’y a qu’elle qui puisse m’aider. Et je me dis que plus j’attends, plus elle risque d’oublier. Et puis… elle ne sera peut-être pas traumatisée par ce que je vais lui dire, vu que dans dix minutes… elle ne se souviendra sûrement pas que je suis passée. Je me lance donc et vais droit au but. Elle n’est pas en état pour parler très longtemps.

– Maman, aujourd’hui, j’ai eu des nouvelles d’un monsieur qui s’appelle… Christian Baumann.

Ma mère fronce ses sourcils, l’air ennuyé. Visiblement elle est mécontente, ou elle essaie de se souvenir, je ne sais pas.

– Tu te souviens de ce monsieur ?
– …
– Maman ?

Soudain, sans me répondre, ma mère commence à faire des mouvements de la tête de gauche à droite, tout en répétant « non, non, non… », d’abord doucement, puis de plus en plus rapidement et de plus en plus fort. Comme si cette question la faisait… paniquer. J’essaie de la calmer, car elle commence à me faire peur, mais elle se débat vigoureusement, tout en continuant à crier et à secouer la tête. Et alors que je pense appeler les urgences ou un médecin pour qu’on lui administre un sédatif, tout d’un coup, elle retombe sur moi, m’enlace, et se met à pleurer en silence.

8

Ma mère a sangloté pendant plusieurs minutes, mais impossible de lui tirer le moindre mot. Puis, enfin, après s'être calmée, toujours mutique, elle a fini par s'endormir. J'ai passé la nuit avec elle, après avoir prévenu les filles que je ne viendrais pas à notre traditionnel rendez-vous (en leur disant simplement que ma mère n'était pas bien). Je viens de la quitter, en la laissant entre les mains de Christine, et marche rapidement vers chez Liz, chez qui on est invitées à déjeuner.

Je ne sais pas quoi penser. J'ai l'intuition que ma mère connaît ce nom mais qu'elle ne veut ou ne peut pas en parler. Serait-ce possible que mon père soit vraiment ce Christian Baumann ? Si c'est vrai, comment se fait-il qu'il ne connaisse mon existence que depuis quelques semaines ? Et pourquoi ma mère ne m'en a jamais parlé ?

Arrivée près de l'hôtel particulier de la famille Cavenaze, je tombe nez à nez avec Carole, qui voit tout de suite que je ne vais pas super bien. Elle m'interroge gentiment, et je lui réponds laconiquement que je viens de chez ma mère. Elle semble croire que mon trouble est lié sa maladie et elle ne pose pas de questions, se contentant de me serrer doucement le bras.

Chez Liz, pour une fois, nous sommes accueillies sans cris suraigus. Les enfants sont chez les parents de Guillaume pour le week-end, à Sens, pas loin d'Auxerre. Ainsi, Liz peut vraiment se reposer, sans avoir à gérer ses deux monstres qui, si mignons qu'ils soient, sont particulièrement épuisants. C'est Guillaume qui est venu nous ouvrir, et il est nettement moins excité que ses enfants quand il nous voit. Il faut dire qu'on lui ramène rarement des bonbons ou des jouets.

– Salut les filles, ça va ?
– Oui merci. Et toi ? Et Liz ?
– Oh, eh bien tu sais, ça va toujours mieux quand Mattéo et Jeanne ne sont

pas là ! dit-il en souriant.

Évidemment, il plaisante. Il ADORE ses enfants et ces derniers le lui rendent bien.

– Mais sinon, ça va à peu près, ajoute-t-il. Liz est encore crevée. Elle vous attend dans le salon Richelieu.

Oui, chez eux, certaines pièces ont un nom de personnage historique, notamment la bibliothèque, qui a hérité son nom du Premier ministre de Louis XIII. C'est bizarre, je sais. Chez moi, si j'avais une bibliothèque, je l'appellerais bêtement « la bibliothèque ». Mais bon, comme je n'en ai pas, la question ne se pose pas.

Quand on retrouve Liz au « salon Richelieu », sa tenue jure avec l'ambiance aristocratique de la pièce. Elle est affalée sur un fauteuil, en legging et sweat-shirt de l'université de New York (où elle a passé un semestre), démaquillée, ses cheveux vaguement serrés en un chignon vite fait, et elle pianote sur son ordinateur avec un air déconfit. Ordinateur qu'elle range en quatrième vitesse quand on rentre, comme si elle était prise en flagrant délit de travail illicite. Et effectivement, je lui fais les gros yeux, auxquels elle répond par une mine contrite. Mais c'est Carole qui la gronde en premier :

– Ah bravo ! C'est comme ça que tu te reposes ?
– Oh ça va ! Je lisais juste mes e-mails avant de me déconnecter pour le reste du week-end. J'ai promis à Guillaume de ne pas travailler avant lundi matin. Tout à l'heure, on part à Arcachon jusqu'à demain soir.
– Ah ! Eh bien ça, c'est une bonne idée, répond Carole. Ça va te faire du bien.
– Tu crois ? Je n'ai pas l'impression que rouler dans les bouchons puis aller dans un hôtel bondé de touristes et voir un océan à seize degrés va m'aider, mais bon…
– Allez… Arrête de faire ta mauvaise tête ! la sermonne Carole.

Liz se tourne soudain vers moi, me fixe d'un œil scrutateur et me demande :

– Et à propos de mauvaise tête, qu'est-ce qui se passe Juju ? Tu crois que le fait d'être en pré burn out m'empêche de voir que tu as quelque chose à nous dire ? Allez, accouche !

Je reste interdite. Zut. J'aurais dû me douter que les filles ne me lâcheraient pas comme ça.

– Ce n'est rien, je viens de chez ma mère, et ça ne s'est pas bien passé.
– Ah mince, me répond Liz. Qu'est-ce qu'il y a eu ?
– Je…

J'ai la gorge serrée. Liz et Carole savent que je me fiche complètement de mon père. Mais ça reste un sujet tabou. Je n'en parle jamais, même avec elles. La seule fois où je l'ai évoqué pour leur expliquer ce que je savais, je devais avoir 18 ou 19 ans, et depuis, plus rien. Elles respectent mon silence. Mais là, c'est vraiment trop dur de ne rien dire, même si je sais que ce n'est certainement pas le moment pour Liz. Je ne voulais pas ajouter un sujet d'inquiétude. Mais je n'y tiens plus.

Je leur raconte donc ce qui s'est passé hier, et leur montre même la lettre. Mes deux amies la lisent une première fois, puis une seconde, avant de me la rendre, silencieuses. Elles attendent que je parle.

– Je ne sais pas quoi faire. Je suis allée voir ma mère, mais… elle a été incapable de me répondre. Enfin, sa réaction a été plus que bizarre, comme si elle avait reçu un choc ou quelque chose comme ça. Je suis persuadée qu'elle le connaît, sinon pourquoi aurait-elle réagi ainsi ? Et puis… je sais que ma mère était déjà enceinte quand elle s'est mariée avec mon père. Enfin, avec Paul Bergson, qui qu'il soit.
– Et… tu as répondu à cette Teani ? m'interroge Liz. Tu t'es renseignée sur elle ou sur son mari ?
– Je ne l'ai pas appelée, mais j'ai regardé rapidement sur Internet et je n'ai pas trouvé grand-chose. Mais bon, j'étais au travail, et je ne suis pas détective. J'ai pu voir qu'il y avait en effet un Christian Baumann qui vit à Tahiti, qu'il a un enfant, et qu'il vend des perles noires. C'est tout. Enfin, excepté qu'il va bientôt mourir…
– Et tu as pu voir une photo ?
– Oui, sur le site Web de sa boîte. Il est grand, blond… Comme moi. Mais bon, comme beaucoup d'hommes aussi.
– Et ton père ? Enfin, Paul Bergson, comment était-il ?
– Pff… je ne me rappelle plus trop. On n'avait pas de photo de lui accrochée au mur. Une fois, j'ai farfouillé dans les affaires de ma mère et j'ai trouvé une

photo de leur mariage. Il était assez grand, châtain clair je crois, avec des lunettes, mais mes souvenirs sont flous.

J'essaie de me rappeler sa tête, mais ma mémoire ne me donne pas plus d'indices. À vrai dire, j'avais relégué Paul Bergson aux oubliettes depuis longtemps, et je ne m'attendais pas à « devoir » m'en souvenir. Le vrai problème, c'est ce Christian Baumann. Sans parler du fait que ma mère m'a peut-être menti pendant des années. Et qu'elle n'est apparemment pas capable de répondre à mes questions, ce qui est terriblement frustrant. C'est cette frustration, cette colère qui commencent à monter en moi. Colère contre ce type, contre ma mère, contre la vie en général.

– Tu comptes faire quoi ? Tu devrais appeler, non ?

– Et pour faire quoi ? dis-je en m'emportant. Je ne l'ai jamais vu, je ne savais même pas qu'il existait, et enfin, rien ne prouve vraiment le contenu de cette lettre. En plus, il va bientôt mourir, et sa femme elle-même me dit qu'il ne veut pas me contacter ! Alors pourquoi je le ferais ?

– Il ne veut pas te contacter parce qu'il ne veut pas te faire de peine apparemment…

– Et c'est très bien ! Qu'il reste comme ça alors ! Je n'ai vraiment pas besoin d'un père fantôme qui habite à l'autre bout du monde et qui va claquer dans quelques semaines ! J'ai passé trop de temps sans lui ! Je n'en ai plus besoin. Qu'est-ce que tu veux qu'il fasse ? Il a une autre famille de toute façon. Et puis pourquoi est-il au courant de mon existence depuis seulement quelques semaines ? Si ça se trouve, il le sait depuis le début, mais là, je ne sais pas, il a peut-être un cancer du sang et veut seulement ma moëlle pour guérir ! Et je ne lui dois absolument rien !

Mes amies restent interdites. Leur réaction me fait prendre conscience de la mienne, excessive, envers elles en tout cas.

– Pardon, les filles, désolée. Je suis… un peu perdue en fait, frustrée, et furieuse. Il fallait que ça tombe sur moi, bien sûr. Comme si j'avais besoin de ça. Ma vie n'est pas assez compliquée, apparemment.

– Ce n'est rien, on comprend que ça ne doit pas être facile pour toi. C'est normal d'être perturbée, et on est là pour toi.

Comme d'habitude, Carole dit les mots qui apaisent. Elle et Liz finissent par

me prendre dans leurs bras. Mais comme je n’aime pas me montrer dans cet état, je finis par couper court aux câlins, et je lance à la cantonade :

– Bon, on commande des sushis ? Et moi, je crois que je vais boire une bouteille entière de saké !

9

Depuis la réception de cette fameuse lettre, je me demande chaque jour ce qu'il convient de faire. D'un côté, j'ai envie de ne pas me prendre la tête et de laisser tomber. J'ai vécu toute ma vie sans celui que je pensais être mon père, et franchement, je ne vois pas ce qu'un AUTRE père peut m'apporter maintenant. Si tout ça est vrai, évidemment.

Mais d'un autre côté, j'ai aussi envie d'avoir des réponses. J'ai réessayé par deux fois de parler à ma mère. Sans aucun résultat. La première fois, elle est restée là, à chanter une berceuse qu'elle me fredonnait quand j'étais enfant. Et la deuxième fois, elle a refait, mais en moins impressionnant, la même crise que lorsque j'ai reçu la lettre. Et elle a terminé en pleurs. Mais je ne crois pas que ce soit des pleurs de rage. On dirait des larmes d'une tristesse infinie…

Ça me rend évidemment malheureuse, toute cette histoire, même si j'essaie de ne rien montrer ni au travail, ni à Armand. Mais ça ne réussit pas toujours apparemment, car il m'a demandé si quelque chose n'allait pas, hier soir. On sortait du ciné, et le film, qui ne restera sûrement pas dans les annales, parlait entre autres des relations père-fille, ce qui n'était pas franchement une bonne idée vu mon état d'esprit actuel. Mais Armand voulait le voir, alors je n'ai rien dit. En sortant, quand nous sommes allés boire un verre (c'était à l'Utopia, un ciné qui fait aussi resto et qui est situé dans une vieille église en plein centre de Bordeaux), je n'arrivais pas à donner le change, j'étais vraiment mélancolique. Déjà qu'il me lançait des regards inquiets en début de soirée… ça n'a rien arrangé. Ces derniers temps, tout me ramène à cette lettre, ça devient une obsession. Armand m'a demandé ce que j'avais, et j'ai failli l'envoyer sur les roses, mais bon, je me suis reprise à temps. Le pauvre, ce n'est pas sa faute. Je lui ai donc dit que ma vie s'était un peu compliquée ces derniers temps, notamment avec des histoires concernant ma mère. Comme il sait qu'elle est malade, il n'est pas allé plus loin. Il m'a juste dit qu'il serait là en cas de besoin et de ne pas hésiter à me confier à lui si j'en ressentais l'envie. J'étais soulagée qu'il n'insiste pas, car j'étais à deux doigts de tout lui raconter, même si je savais

que ce serait une mauvaise idée. Ça valait bien un câlin en public.

Ce matin, alors qu'il dort encore dans mon lit (cela arrive malgré moi de plus en plus souvent…), je me lève pour me préparer. Et encore une fois, pendant que je scrute mon visage dans le miroir de la salle de bain, cette question me hante : qu'est-ce que je dois faire ?

Mille fois, j'ai failli appeler le numéro donné dans la lettre, et mille fois je me suis ravisée. Je n'ai pas l'habitude d'être aussi indécise. D'ordinaire, je suis plutôt fonceuse, je me pose peu de questions et ça me va bien. Mais là, je suis paralysée.

Je laisse Armand dormir, la bouche ouverte, en lui déposant juste un petit mot sur l'oreiller pour le rassurer.

Le café t'attend. T'es mignon quand tu baves en ronflant. À ce soir ! Xxx.

Arrivée au boulot, je croise Jérémie dans l'entrée, qui me lance :

– Ah, tu tombes bien. Soraya Ben Jelloun est là, elle t'attend dans ton bureau. Je crois qu'elle veut arrêter la formation.

Oh non. C'est pas vrai ! Soraya est une jeune femme de vingt-trois ans que je suis depuis un moment. La pauvre a pu aller jusqu'au bac, qu'elle a eu haut la main d'ailleurs, mais elle a dû arrêter ses études car son père avait besoin d'elle pour l'aider à tenir son commerce, un petit restaurant marocain comme on en trouve beaucoup à Saint-Michel. L'an dernier, son père est tombé malade puis il est décédé, et toute la famille s'est un peu retrouvée dans la panade car le commerce a fermé. Sa mère a dû trouver un emploi comme caissière dans un supermarché. Soraya s'est trouvée désœuvrée et sans formation. Mais elle était motivée pour apprendre et on a fini par trouver une formation de secrétaire médicale. Je lui ai même négocié un stage rémunéré au cabinet de Richard ! Pourquoi veut-elle tout arrêter ?

Quand je rentre dans le bureau, je suis prête à en découdre et j'attaque d'emblée avant même d'avoir enlevé ma veste :

– Bonjour Soraya ! Alors qu'est-ce qui se passe ? Jérémie me dit que vous voulez arrêter la formation ?

– Non, je ne veux pas arrêter la formation, mais je dois la suspendre…
– La suspendre ? Mais pourquoi ?

Soraya ne me répond pas, et je vois soudain qu'elle a les yeux pleins de larmes. Je me dirige vers elle, et elle se blottit dans mes bras avant d'éclater en sanglots. Je lui caresse le dos en lui répétant d'une voix apaisante : « Ça va aller, ça va aller. » Cela finit par produire son effet. Elle se calme enfin et me dit d'une voix blanche :

– Ma mère a eu un AVC vendredi. Elle est partie… dans la nuit de vendredi à samedi.
– Oh… Je suis sincèrement désolée.

C'est tellement horrible que le sort s'acharne sur cette famille que je n'arrive pas à dire autre chose dans un premier temps.

– Merci.
– Vous tenez le coup ?

Soraya ne répond pas, mais hoche la tête sans conviction, presque par politesse. Ce doit être très dur. Elle a perdu ses deux parents… La pauvre.

Le truc, et je sais que ça peut paraître insensible, c'est que même si ça me touche, j'essaie de ne pas trop le montrer. Pas la peine d'être deux à pleurer. Et puis je dois garder la tête froide, car il y a des conséquences immédiates et réelles à ce décès. Conséquences dont je ne parlerai pas tout de suite à Soraya, mais qu'il faudra bien aborder un jour, rapidement de préférence. D'abord, je ne sais pas si elle pourra rester dans leur appartement. On va devoir regarder tout ça dès que possible, peut-être faire une demande pour un HLM. Je crois qu'elle a aussi une tante, qui habite vers Bayonne. Et son frère habite au Maroc. Peut-être va t-elle partir là-bas ?

Je lui tends un mouchoir, car elle a le visage inondé de larmes. J'en ai toujours dans un tiroir, car il n'est pas rare que certains usagers craquent dans mon bureau…

Une fois Soraya un peu calmée, je lui explique ce qui va se passer maintenant concernant la formation. Elle a déjà appelé le cabinet pour expliquer les raisons

de son absence, et s'il le faut, j'appellerai Richard dans la journée. Je lui demanderai quelques jours de congés pour Soraya.

Sentant qu'elle a besoin de réconfort, je finis par la prendre dans mes bras un moment et par lui offrir un thé. Au bout de quelques minutes, elle s'apaise et me dit d'une petite voix pleine de culpabilité :

– Vous savez, Juliette, je m'en veux terriblement.

– Vous vous en voulez ? Mais pourquoi ? Vous savez, un AVC, ça peut toucher n'importe qui n'importe quand. Vous n'avez rien à vous reprocher.

– Oui, mais elle est partie… seule. Nous nous… sommes disputées, le soir où elle a fait son AVC, et je suis partie dormir chez une amie.

J'hésite un peu à lui demander pourquoi. Je ne veux pas trop rentrer dans sa vie privée, mais elle semble avoir besoin de parler.

– À propos de quoi vous êtes-vous disputées ?

– Elle me disait qu'elle souhaitait que je me marie le plus rapidement possible, pour « assurer mon avenir ». Je lui ai dit que je me marierais quand j'aurais trouvé l'homme que j'aime. Sauf qu'elle… elle avait déjà pensé à quelqu'un.

– Ah… Et elle vous a dit qui ?

– Oui, le fils d'un voisin. Il a mon âge mais il est moche, stupide, et franchement je ne pourrais pas supporter de vivre avec lui.

– Oui, je comprends. Vu comme ça…

– Mais je me suis énervée, et quand je suis partie, je lui ai dit qu'elle ne pouvait pas me forcer, que j'étais majeure, qu'on était en France, et que si elle m'obligeait à le faire, je partirais de la maison et elle ne me reverrait jamais. Et j'ai claqué la porte. Je ne peux pas croire que ce soient les derniers mots que j'ai prononcés.

– Vous ne pouviez pas savoir…

– Oui, mais je le regretterai toute ma vie. J'aurais tellement voulu lui dire que je l'aime, qu'elle a été une bonne maman. Et puis, si j'avais été là, je l'aurais peut-être sauvée… Je pense que c'est l'inquiétude qui lui a fait dire ça. Je suis sûre qu'elle ne m'aurait forcée à rien. Si ça se trouve…

– Arrêtez de culpabiliser. Vous n'y pouvez rien. Laissez passer un peu de temps. Vous verrez…

– Vous savez, mon père me manquait tellement déjà. Avec lui, ce n'était pas

rose tous les jours, c'est vrai, il était autoritaire et borné, mais c'était mieux que ne pas avoir de père du tout…

Je ne peux m'empêcher de me projeter dans ce qu'elle dit. Et si, moi aussi, je regrettais un jour de ne pas avoir pu parler à mon père ? De l'avoir laissé mourir sans le connaître ? Est-ce que je serais capable d'assumer tout ça ?

– Vous savez, Juliette, je crois que ce sera difficile pour moi de faire le deuil de ma mère, de lâcher prise. Je crois que je me sentirai coupable toute ma vie…

***

Le soir, après le travail, je rentre chez moi, la tête bourdonnante. Ces dernières semaines m'ont vidée. Ma mère, mon père, Liz, et maintenant Soraya… Tout est compliqué. Ce serait trop demander d'avoir enfin une bonne nouvelle ?

La sonnerie du téléphone fixe me fait sursauter. Mince, c'est sûrement Armand ! Nous avions prévu de nous retrouver en ville pour le vernissage d'une copine à lui, une photographe très talentueuse. Je crois que je vais décommander, je suis crevée et je n'ai vraiment pas la tête à ça.

Mais ce n'est pas le numéro d'Armand qui s'affiche.

– Allô ?
– Madame Bergson ?
– Oui ? Qui est-ce ?
– C'est Charlotte Maguerez, de la résidence Les Eaux Calmes, à Villenave-d'Ornon. J'ai essayé de vous joindre toute la journée sur votre portable.

En entendant le nom de mon interlocutrice, je me redresse sur le canapé où je m'étais avachie un instant plus tôt.

– Ah oui, je l'éteins au travail et j'ai oublié de le rallumer. Désolée.
– Ce n'est pas grave. Je vous appelais pour vous donner une bonne nouvelle… Votre demande a enfin été validée ! Nous avons étudié le dossier médical de votre maman et nous allons pouvoir l'intégrer dans notre programme…
– Aaaah ! C'est pas vrai !

– Si si, je vous assure !

– Oh, merci, merci, merci ! C’est génial ! Ça me soulage tellement ! Je n’arrive pas à y croire.

– Mais de rien, c’est bien aussi d’annoncer de bonnes nouvelles. Ça me change un peu…

Après avoir pris rendez-vous pour la semaine suivante, noté tous les papiers nécessaires à remplir et remercié encore M^me^ Maguerez, je finis par raccrocher. Ma mère va enfin pouvoir être traitée par des spécialistes, je ne serai plus inquiète de savoir si elle est en sécurité. Je suis tellement heureuse que cette clinique spécialisée dans la maladie d’Alzheimer la prenne en charge. Bon, le seul inconvénient, c’est qu’elle sera à Villenave, et plus en ville. Mais j’ai visité le centre médical, qui est situé de manière assez improbable dans un immense château, entouré d’un parc de plusieurs hectares, en plein Villenave. C’est absolument magnifique. Il y a même une sorte de ferme avec des vaches, des moutons, des cochons, des paons, des chevaux, des chats, des chiens et d’autres animaux. Les patients s’occupent d’eux, ça fait aussi partie de la thérapie, et les résultats sont prometteurs. Ma mère, que j’avais emmenée pour qu’elle voit un peu le lieu, s’était bien plu là-bas, elle qui n’apprécie plus trop les changements. D’ailleurs cela m’avait surprise, car elle a toujours aimé vivre en centre-ville. Mais le cadre est tellement enchanteur et apaisant…

Eh bien, voilà ! Enfin une bonne nouvelle ! Il suffisait de demander !

10

Cette semaine, tout s’est accéléré. Je suis allée avec ma mère pour faire son entrée officielle à la résidence. L’attente a été longue, mais une fois la décision validée, il faut aller très vite, car les places sont chères ! J’ai eu un pincement au cœur en la laissant là-bas, ainsi qu’un gros sentiment de culpabilité, mais M^{me} Maguerez m’a rassurée en me disant que c’était tout à fait normal. Elle m’a aussi conseillé d’en profiter pour souffler, me détendre. Et puis je peux revenir quand je veux évidemment, pour manger avec ma mère, me promener avec elle… Les visites sont encouragées.

J’ai aussi appelé ses amies, Nadine et Rachel, pour les prévenir qu’elle avait été placée à la résidence. D’ailleurs, Nadine était déjà au courant de la bonne nouvelle, car elle fait du bénévolat à la résidence en tant qu’art-thérapeute deux fois par semaine, et fera même bientôt des séances avec ma mère, si elle y est réceptive. Rachel et elle ont promis de venir la voir très régulièrement. Je leur fais confiance, elles ont toujours répondu présentes et m’ont dépannée des dizaines de fois, quand je ne pouvais pas passer chez ma mère.

Du coup, maintenant que je suis soulagée de ce côté-là, j’ai décidé de prendre certaines choses en main. Et mon choix est fait. Je vais partir à Tahiti. Je dois trouver des réponses, et c’est là-bas que j’ai de meilleures chances de le faire. Je ne sais toujours pas si c’est une bonne idée, mais je n’ai pas l’impression de pouvoir faire autrement.

Si je ne fais rien maintenant, je n’aurai peut-être jamais de réponse, vu que ma mère perd la boule et que ce type est mourant. Sans compter que celui dont je porte le nom et qui aurait pu m’aider est déjà mort.

Peut être que le seul fait d’avoir une réponse m’apaisera, et que je pourrai continuer mon chemin en disant simplement à ce Christian : « OK, tu es mon père, mais bon, ça n’enlève pas le fait que tu nous as abandonnées, ma mère et moi, donc je suis désolée pour le cancer et tout ça, mais pour moi, c’est comme

si tu n’existais pas. Allez, bon courage ! »

Donc je pars. En revanche, j’ai quand même ma fierté, je ne veux rien devoir à ce type. Je vais voyager par mes propres moyens. Ça va me coûter un bras et une partie de mes économies, mais je ne veux pas lui être redevable et me sentir obligée de faire des efforts parce qu’il m’a offert le voyage, si jamais je ne le sens pas. D’ailleurs, je ne pense pas prévenir sa femme Teani de mon arrivée. Comme ça je pourrai toujours changer d’avis au dernier moment. Je vais donc payer mon billet, louer une chambre là-bas et en profiter pour visiter le coin. Là-dessus, je n’ai pas vraiment à me plaindre. Il habite à Tahiti, il y a quand même pire comme destination. Seul problème : je ne peux pas y aller avant cet été. J’avais posé les trois premières semaines de juillet, et je ne me vois pas demander des congés pour partir avant, car Latifa et Jérémie ont déjà prévu leurs vacances et doivent partir la semaine prochaine au Canada. Même si je sais pertinemment que Christian Baumann peut mourir avant que j’aie eu le temps de lui parler…

J’ai annoncé ma décision aux filles la semaine dernière, et depuis, elles m’envoient plein de textos pour savoir où j’en suis. Je regrette qu’elles ne puissent pas venir avec moi. J’aurais bien aimé être accompagnée, en cas de coup dur. Liz travaillera, évidemment (elle prend habituellement ses vacances en août, dans la maison de campagne familiale du Lubéron), et Carole a, pour une fois, organisé quelque chose pour se faire plaisir, donc je ne vais pas l’en empêcher ! Elle a prévu un voyage surprise en amoureux, direction l’Andalousie, pendant dix jours. Elle y fêtera son anniversaire, le 14 juillet.

Aujourd’hui, c’est vendredi. Quand j’ouvre la porte de mon appartement pour accueillir les filles, elles me tendent une bouteille de champagne. Je ne dis jamais non à quelques bulles, mais… c’est en quel honneur ? Liz me répond sur un ton mystérieux :

– J’ai une bonne nouvelle pour toi !

Je hausse un sourcil interrogateur.

– Ah ? Et à propos de quoi… ?
– De ton voyage.
– Okaaaaaay. Et donc ? Allez accouche !

– Tu te rappelles que tu as dit que tu aurais bien aimé être accompagnée ?

Je n’ose pas espérer la suite.

– Eh bien, je vais pouvoir venir avec toi ! m’annonce Liz d’une voix mi-interrogative, mi triomphante.
– Oh c’est génial ! Oh merci. C’est vraiment génial.

Je la prends dans mes bras tellement je suis heureuse et soulagée de ne pas partir seule. Finalement, ça va peut-être bien se passer, ce voyage.

– C’est vrai de vrai ? Tu ne dis pas ça pour ne pas me blesser ? Tu es vraiment contente ?
– Évidemment ! Et puis je pense que tu en as besoin toi aussi. Ça va te faire du bien de te poser sur une plage de sable blanc, en sirotant un cocktail. Mais au fait… comment vas-tu faire ? Tu ne devais pas bosser ?

L’expression de Liz change complètement. Elle me cache quelque chose. Carole, visiblement gênée, part soudain chercher du pain dans la cuisine. Qu’est-ce qu’elles manigancent ? Liz finit par lâcher le morceau.

– Cette semaine, je n’étais vraiment pas en forme et j’ai fait une autre crise d’angoisse, sauf que c’était devant un client. Je ne te raconte pas l’effet que ça a fait…, finit par m’avouer Liz. Je ne te l’ai pas dit pour ne pas t’inquiéter. Je suis arrêtée pour minimum deux semaines. Mon médecin m’a presque menacée de m’interner si jamais je ne suivais pas ses prescriptions. Vous aviez raison, il faut que je lève vraiment le pied. Donc j’ai décidé que même s’il ne me prolonge pas, je vais prendre des vacances, j’ai plein de jours à rattraper. Je suis donc libre comme l’air !
– Mais tes enfants ? Et Guillaume ?
– C’est lui qui m’a convaincue de partir avec toi. Les petits, eux, partiront quinze jours dans le Lubéron. J’ai vu avec mes cousins : ils y seront avec des amis à eux et leurs trois enfants, et ils garderont les miens. Et puis quand ils sont avec leurs cousins, finalement, Mattéo et Jeanne sont tellement heureux qu’ils ne pensent plus à nous embêter, enfin… tu comprends, ils ne sont plus dans nos pattes quoi. Ils font leurs trucs dans leur coin, construisent des cabanes, passent le plus clair de leur temps à la piscine… En plus il y a ma nièce Milana qui a 14 ans et qui sert de baby-sitter. Guillaume pourra bosser tranquillement.

– Et tes parents ?

– Tu les connais… Ils ont tiqué. Mais bon, d'un autre côté, la crise que j'ai faite devant M. Morisot les a convaincus qu'il fallait que je me repose… Il ne faudrait pas que je pète un plomb devant tous les clients… Je prendrai quand même l'ordi au cas où.

Là-dessus, Carole revient avec le pain. Je lui souris, car ça se voit qu'elle est un peu triste de ne pas pouvoir venir avec nous. Mais elle a toujours rêvé de visiter Séville, Cadix et Cordoue, et les billets sont pris depuis qu'elle connaît les dates de vacances de Richard…

Liz reprend :

– En plus, j'ai une deuxième surprise…

Carole n'est pas au courant apparemment, puisqu'elle hausse elle aussi les sourcils.

– Je nous ai trouvé des billets vraiment pas chers !

– C'est pas vrai !

– Si ! Une collègue m'avait parlé d'un site il y a longtemps, Voyages-radins.com, en me disant qu'on y vendait des billets annulés au dernier moment, à prix cassés. Elle me disait que pour les voyages de dernière minute, c'était super, surtout si tu n'avais pas d'idées préconçues sur la destination. Comme on est déjà le 16 juin, et que nous sommes donc censées partir dans quinze jours à peine, j'ai regardé à tout hasard… J'ai trouvé deux billets à moins trente pour cent pour Papeete, et à nos dates ! Bon, c'est toujours cher, mais c'est mieux que rien !

– C'était quand ? crié-je presque. Si ça se trouve ils sont déjà partis ! Il faut les prendre tout de suite !

– T'inquiète pépette… Je les ai déjà réservés…

– Quoi ? Mais…

– Et évidemment, j'attends un rrrembourrrrrsement dans les plus brrrefs délais… sous peine de devoirrrrr te casser les deux brrrras…, me dit Liz avec un accent de mafieux russe du plus bel effet.

Eh bien ça, c'est une surprise ! Je reprends Liz dans mes bras et la remercie de tout mon cœur pendant que Carole se joint au câlin collectif.

Un peu plus tard, après avoir ouvert le champagne, elle me demande :

– Au fait, tu en as parlé à Armand ?

Carole et Liz l'ont enfin rencontré, il y a deux ou trois semaines. Elles trépignaient d'impatience, et lui était aussi stressé que s'il devait rencontrer mes parents. C'est Carole qui nous a invités chez elle un samedi soir, pour étrenner leur nouveau toit-terrasse. Pour une fois il y avait Richard, ainsi que Guillaume, Mattéo et Jeanne, qui ont passé leur temps à terrifier leurs parents en voulant se mettre au bord du parapet pour regarder en bas… On a passé une très agréable soirée et on a mangé comme des rois. Armand a fait une très bonne impression à tout le monde. J'étais un peu gênée, car je n'ai pas l'habitude de leur présenter mes petits amis. Mais Armand a été charmant, comme toujours. Les filles en revanche, ne m'ont pas épargnée : elles lui ont raconté tout un tas d'anecdotes incroyablement gênantes de notre adolescence. J'ai riposté en ressortant moi aussi de vieux « dossiers », et on a bien rigolé.

Mais concernant l'histoire avec mon père, moins Armand en sait, mieux ça vaut. J'ai donc gardé sous silence la lettre et le reste, ce qui n'a pas facilité mes explications concernant le futur voyage…

– Euh… oui, je lui en ai parlé…, mais il n'a pas compris pourquoi je partais toute seule à Tahiti. Je lui ai dit que j'avais besoin de prendre l'air, de voir autre chose, que j'étais un peu déprimée ces derniers temps. Et puis c'est seulement pour deux semaines !

– Tu ne lui as rien dit concernant ton père ? Ce serait mieux passé, non ? me demande Liz.

– Je préfère tout lui expliquer une fois que ce sera réglé. Là, pour le moment, je ne suis même pas sûre que ce type soit mon père…

– Oui, mais je pense qu'Armand aurait pu le comprendre lui aussi, non ? intervient Carole. Je crois qu'il t'aime vraiment bien. Et puis franchement, il est super.

– Je sais. Mais moi, j'ai besoin d'avoir confiance en lui à cent pour cent pour lui dire ce genre de choses, et ce n'est pas encore le cas.

– Mais ça fait six mois que vous êtes ensemble maintenant !

– Et alors ? Ce n'est pas une question de temps…

Carole fait sa tête qui signifie : « Je ne suis pas d'accord, mais bon tu le sais

déjà » et n’insiste pas.

– C’est vrai qu’il ne l’a pas bien pris…

Liz et Carole grommellent un « tu m’étonnes… » en chœur.

– Il m’a même demandé si c’était ma façon de demander un *break*…
– Ah ben ça, ce n’est pas étonnant non plus, balance Liz.
– Je lui ai répondu que non, mais que c’était lui qui voyait. S’il veut un *break*…
– Bien sûr que non, me coupe Liz. Il n’en veut pas de ce break. Il veut avoir une maison, un break Volvo, un labrador et des bébés avec toi ! Ca se voit comme le nez au milieu de la figure ! Il n’y a que toi qui ne le vois pas.

Je m’interromps. Contrairement à ce qu’elle pense, je le sais, qu’Armand est très attaché à moi. Et je crois que je le suis aussi. Mais bon, c’est compliqué l’amour. J’ai pas l’habitude. Alors pour le moment, je fais comme si de rien n’était. C’est plus facile. Et ça permet de passer du bon temps sans se prendre la tête. Enfin, presque. Je coupe court à cette discussion en changeant de sujet :

– Et si on regardait les logements à Tahiti ?

11

Ca y est, on est le 1er juillet. C’est le grand jour. Guillaume nous amène à l’aéroport pour prendre le Bordeaux-Paris de sept heures cinquante, avec une arrivée à Roissy-Charles de Gaulle prévue à neuf heures dix.

Ce qui est bien quand on part au soleil, c’est qu’on voyage léger. Je n’ai pris qu’une petite valise, à moitié remplie avec deux maillots de bain, deux shorts, trois tee-shirts, quelques robes légères et un gilet ou deux au cas où – même s’il devrait faire très chaud à Tahiti en cette saison ! Finalement, c’est la serviette de plage qui prend le plus de place. Liz, elle, est plus chargée : elle est toujours angoissée quand elle part et prend toujours dix fois trop de trucs. Mais comme c’est elle qui portera sa valise, je n’ai pas mon mot à dire ! Et puis elle pense toujours à tout ce que j’oublie, ce qui m’arrange.

Nous devons arriver deux heures en avance, notamment à cause des nombreux contrôles de sécurité. Et nous ne sommes pas les seules à prendre cet avion : il est à peine six heures et beaucoup de monde se presse déjà au guichet Air France pour déposer les valises. Le temps de dire au revoir à Guillaume, qui doit rentrer récupérer les enfants chez Geneviève pour les amener à côté de Cavaillon, et nous voilà seules. J’ai le cœur qui bat à tout rompre et l’impression bizarre de partir pour ne plus jamais revenir.

– C’est bon, tu as pensé à tout ? Tu as bien ton passeport ? me demande Liz, en état de stress maximal (elle – comme Carole d’ailleurs – déteste prendre l’avion).

– Mais oui, ne t’inquiète pas. Heureusement que j’avais fait refaire mon passeport l’an dernier quand je suis partie en Thaïlande !

– C’est sûr…

Une fois nos bagages enregistrés, on décide d’aller boire un café. On a presque une heure à tuer. Je vérifie une dernière fois que j’ai bien pris les papiers concernant le logement (une sorte de gîte de luxe qui a vraiment l’air

magnifique), la lettre de Teani Baumann… quand j'entends quelqu'un crier de l'autre côté de la baie vitrée du café :

– LIZ ! JULIETTE !

Nous nous tournons en même temps vers la voix familière.

C'est pas possible ! Carole ?!

– Oh les filles, enfin je vous trouve ! s'exclame notre amie en courant vers nous, riant et pleurant à la fois. J'ai bien cru que je n'y arriverais pas !
– Mais qu'est-ce que tu fais là ? Tu vas bien ? Quelque chose est arrivé ? dis-je, médusée.
– J'ai tout annulé ! s'exclame Carole en haletant et en s'agitant… Je… Je...
– Calme-toi d'abord. Assieds-toi, bois mon jus de pomme. Je vais en commander un autre. Tu m'attends et tu nous dis tout.

Mon ton est directif, mais je crois que Carole a besoin de ça. On dirait qu'elle a pris toutes les drogues possibles et imaginables. Elle est complètement hystérique. Qu'a-t-elle annulé exactement ?

Elle se tait un moment, le temps de boire et de se remettre. Puis elle prend une grande inspiration et nous annonce de but en blanc :

– Je viens avec vous. Je viens d'acheter le dernier billet disponible sur les mêmes vols que vous. Bon, on ne sera pas à côté, mais…
– QUOI ???

Liz et moi crions à l'unisson.

– Mais ce n'est pas grave, continue Carole sur sa lancée. Il faut d'ailleurs que je prenne mon cachet pour me calmer avant de prendre l'avion…
– Mais attends un peu ! Tu viens ? Comment ça se fait ? C'est super, mais tu n'avais pas prévu de t'envoler pour Séville dans quelques jours pour…
– Richard me trompe depuis des années. Elle s'appelle Macha Prokoviev. Elle est cardiologue elle aussi, russe je crois. Ils se sont rencontrés il y a trois ans à un congrès à Bruxelles.

Pour le coup, nous sommes tellement ébahies que nous ne trouvons rien à

dire. Quel enfoiré ! On aurait dû s'en douter… Je repense à toutes les fois où Carole nous a dit : « Richard est en colloque, Richard est d'astreinte, Richard a eu une urgence… »

– Mais quel salaud ! Depuis le temps que je pensais qu'il ne te méritait pas ! Mais toi, ça va ? Comment as-tu su ?

– Hier, Richard m'a annoncé au petit déjeuner qu'il devait déplacer ses vacances car on lui avait demandé d'animer une conférence à Paris, l'un des intervenants ayant décommandé. Évidemment, j'ai craqué. Je lui ai dit que j'avais déjà réservé des vacances en Andalousie et que je ne pouvais pas tout annuler. Il a eu l'air ennuyé et m'a demandé pourquoi je n'avais pas pris d'assurance annulation vu le métier qu'il fait. J'ai commencé à pleurer. Il m'a demandé les dates exactes du voyage, pour voir ce qu'il pouvait faire, puis il est parti en « séminaire » pour trois jours. De mon côté, je voulais contacter la compagnie aérienne pour voir si je pouvais modifier quelque chose, mais comme je n'avais pas la date exacte de la conférence, j'ai appelé Sonia, sa secrétaire. Je ne l'ai pas eue directement, mais j'ai parlé à ta petite protégée, Juju : Soraya, qui a l'air adorable.

Effectivement, Soraya est retournée travailler, après dix jours d'arrêt. Elle a repris du poil de la bête, et pour le moment, elle a réussi à garder l'appartement de ses parents, en combinant le stage et des extras le week-end et certains soirs. De plus, elle a finalement une cousine qui va venir vivre avec elle ; elles seront donc deux à payer le loyer… Après un moment vraiment difficile, elle s'en sort bien.

– Bref, elle a cherché dans le planning… Au bout de plusieurs minutes, elle m'a dit qu'elle ne voyait aucune conférence programmée cet été…

– Oh le salaud ! s'exclame Liz.

– Ça m'a semblé bizarre, mais j'avoue que je ne me doutais pas encore de son infidélité à ce moment-là… Que je suis bête quand même…

– Et après ?

– Et après, eh bien je suis allée voir sa messagerie. Je me suis dit que Soraya n'avait peut-être pas toutes les infos. Il m'a fallu trois secondes pour cracker son mot de passe… sa date d'anniversaire ! Quel con quand même !

– Et tu as trouvé des e-mails venant de cette fille ?

– Je ne te raconte même pas ce que j'ai pu lire ! Le pire, c'est que tout était classé dans un dossier intitulé : « Personnel et confidentiel »… Autant mettre un

gros écriteau « regardez ICI ! ». Les plus vieux e-mails dataient de trois ans… J'ai cru que j'allais mourir sur le coup.

– Et donc tu as tout annulé pour venir ?

– Disons que passé le premier choc, je me suis retrouvée en train de pleurer dans la chambre. Et puis là, j'ai pensé à tout ce que j'ai sacrifié pour lui, à tous les mensonges qu'il m'a racontés… Toutes ces soirées, ces semaines où je me retrouvais toute seule, toutes ses excuses pour ne pas adopter un enfant…

Sa voix se brise, mais elle se reprend :

– Donc, j'ai décidé qu'il allait me le payer. Je voulais le frapper là où ça fait mal, c'est-à-dire au porte-monnaie ! Comme il était parti pour trois jours, si ça se trouve pour la retrouver en plus, je me suis dit qu'il me devait bien un petit voyage à Tahiti entre copines…

– Mais… comment tu as fait pour…

– J'ai payé le billet avec sa carte Platinum, qu'il laisse à la maison quand il voyage. Et qui n'est pas plafonnée… Aller-retour, ça lui a coûté la coquette somme de sept mille six cents euros… il ne restait qu'un siège en première classe… Je suis allée à la banque dans la foulée pour virer la moitié de notre compte épargne principal sur mon compte courant auquel il n'a pas accès… Je ne pouvais pas prendre la carte du compte commun, il peut faire opposition dessus sans mon accord. Mais ne vous inquiétez pas, il a encore plein d'argent… J'ai même découvert un compte dont il ne m'avait jamais parlé ! Sans doute pour payer des trucs à sa poule…

– Donc tu es partie sans le prévenir… et en dépensant beaucoup d'argent ? résumé-je, encore effarée.

– Oui ! Ça va être la surprise de sa vie quand il va rentrer à la maison ! J'ai tout laissé tel quel ! Il va se poser pas mal de questions.

– Eh bien merde alors !

Avant qu'on puisse réagir davantage à cette situation extraordinaire, surtout pour la gentille et douce Carole (qui en quelques instants s'est transformée en Wonder Woman vengeresse), nous sommes interrompues par un appel invitant les passagers du vol AF3456 à destination de Paris à se diriger vers la porte 34…

12

Tahiti. Ce mot fait rêver. Cependant, en arrivant à l'aéroport de Faa'a (oui oui, avec trois « a »), à vingt et une heures quarante-cinq, le 2 juillet, après environ vingt et une heures de vol et quasiment autant de discussions (et beaucoup de « chut ! » courroucés des autres passagers), deux heures d'escale à Los Angeles, des anxiolitiques pour Liz, des calmants pour Carole, ma main broyée lors de trois décollages et trois atterrissages, quelques verres de vin (seulement pour moi), et enfin deux repas et un petit déjeuner pris en *jet-lag* complet…, nous sommes vidées. Mais, en même temps, ma nuit blanche me donne l'impression somme toute agréable de flotter dans la brume cotonneuse de Morphée. Le petit groupe de musique locale jouant du ukulélé et les danseuses de *tamure* (la traditionnelle danse tahitienne) nous réveillent un peu, et on arrive même à sourire aux élégantes hôtesses d'accueil qui nous remettent la légendaire couronne de fleurs.

Heureusement, les gérants des chambres d'hôtes que l'on a louées, Denis et Jo, ont proposé de venir nous chercher à l'aéroport. Nous nous dirigeons donc vers la sortie et les derniers guichets de contrôle, et j'aperçois un Européen souriant, d'une cinquantaine d'années, les cheveux bien noirs encore, tenir une pancarte avec le nom de Liz et le mien. À ses côtés, une montagne d'homme, tahitien sans aucun doute avec ces beaux traits puissants, attend sereinement, un peu comme un gros rocher millénaire pourrait le faire.

Nous nous présentons. L'ex-métropolitain, le brun souriant aux grands yeux ahuris, s'appelle Denis et l'autre, son ami (co-gérant ? compagnon ?), est surnommé Jo (mais s'appelle Iotua en vérité, comme on l'apprend par Denis, bien plus volubile). Après des embrassades chaleureuses de part et d'autre (bien qu'un peu plus timides de la part de Jo, que j'ai surnommé « la montagne » en mon for intérieur), Denis nous demande avec tact si Carole nous accompagne :

– Oh, oui, pardon, s'excuse Carole. Dans l'euphorie, j'ai oublié ! En fait je me suis ajoutée au voyage… au dernier moment, dit-elle en rougissant. Je me

demandais s’il restait par hasard une chambre…

– Mais bien sûr ! Quand il y en a pour deux, il y en a pour trois ! En plus, tu as de la chance, je fais une réduction à partir de trois chambres ! répond Denis, tout guilleret.

Denis et Jo sont d’un contact simple et bienveillant. Le tutoiement, généralisé ici, aide bien à se sentir détendu, même si ça fait bizarre au début. Denis nous dit qu’il a eu du mal à s’y faire, mais qu’il lui est maintenant difficile de vouvoyer quelqu’un, après dix ans sur cette île.

Nous roulons vingt minutes dans un énorme pick-up, qui semble être la voiture préférée des Tahitiens vu le nombre effarant de ces voitures, pour enfin arriver au « gîte », qui ressemble vraiment à un hôtel cinq étoiles. Ce sont trois grandes maisons typiquement tahitiennes, posées élégamment autour d’une immense terrasse sur pilotis. Le quatrième côté de la terrasse est occupé par une piscine d’un bleu turquoise. Des haies de tiaré, la fleur locale, d’hibiscus et d’oiseaux du paradis, des bananiers, des manguiers et toutes sortes d’arbres disséminés dans le jardin font de cet endroit un véritable éden. Des hamacs sont accrochés à l’ombre des grands arbres. Il y a même un vrai terrain de pétanque pas loin de la piscine ! On ne voit pas le lagon, mais la plage est à cinq minutes. Des nuées d’oiseaux colorés veillent encore à cette heure tardive et nous accueillent en chantant. On se prendrait presque pour Blanche-Neige dans le dessin animé, quand tous les animaux viennent lui dire bonjour.

Une fois les formalités d’enregistrement expédiées, nous découvrons enfin nos chambres, qui se situent dans la même maison, et qui sont toutes différentes. La mienne est toute en bois, très claire je pense en plein jour, avec du mobilier local et un jacuzzi dans la salle de bains. Le lit est surmonté d’une moustiquaire de princesse de conte de fées. Celle de Carole est dans les tons bleu marine, et celle de Liz est fleurie dans le style tahitien. La porte de chacune de nos chambres est ornée d’une citation. La mienne est d’Oscar Wilde : « Vivre est chose rare. La plupart des gens se contente d’exister », ce qui ne manque pas de me faire cogiter. Mais celle de Carole, qui affirme que « derrière chaque difficulté se cache une opportunité », n’est pas mal non plus (elle est d’Albert Einstein). Enfin, celle de Liz est tirée du *Petit Prince* de Saint-Exupéry : « On ne voit bien qu’avec le cœur, l’essentiel est invisible pour les yeux »… Tout un programme !

Notre forfait comprend la chambre, le petit déjeuner et un repas par jour. Ce n'est pas donné, mais à vrai dire, les chambres bon marché sur Tahiti n'ont pas vraiment l'air d'exister. Et puis, quitte à lâcher prise, autant le faire dans un lieu qui invite vraiment à le faire… D'ailleurs, en parlant de lâcher prise, nous nous mettons d'accord avec les filles : après avoir appelé nos proches pour confirmer notre arrivée (enfin, Carole s'est contentée d'appeler son frère), nous décidons de ne pas allumer notre portable pendant les premières quarante-huit heures.

Denis et Jo nous invitent à boire un verre pour fêter notre arrivée. Ils ont vraiment l'air gentil. Denis nous raconte qu'il est venu s'installer à Tahiti il y a une dizaine d'années, après être tombé amoureux de l'île lors d'un séjour précédent. Il tenait un hôtel vers Annecy et a tout vendu pour venir ici. Comme il cherchait un employé, une sorte d'homme à tout faire au début, pour l'aider à rafraîchir les lieux, Jo s'est présenté. Ils sont tombés amoureux et, depuis, ils gèrent cet endroit ensemble, avec une autre employée, Norma.

Deux autres locataires du gîte nous rejoignent sur la terrasse. Il y a d'abord un jeune Espagnol, Esteban, âgé d'une trentaine d'années, qui reste ici tout le mois de juillet, notamment pour faire de la plongée, du *paddle*, du bateau… En discutant rapidement avec lui en franco-anglo-espagnol, j'apprends qu'il est mannequin et comédien en Espagne : il vient ici entre deux tournages. Effectivement, en le voyant, il est quasiment impossible de ne pas se décrocher la mâchoire : il ressemble un peu à Javier Bardem, en plus jeune et mignon. Il est irrésistible. Mais il a l'air aussi très gentil, simple et accessible, et pas du tout narcissique comme on pourrait s'y attendre. Carole, qui a décidé dans l'avion de profiter de chaque moment de ses vacances, quitte à faire des « bêtises », le dévore littéralement des yeux. Après, je ne pense pas, sincèrement, qu'elle passera à l'acte : jusqu'à maintenant, son amour pour Richard était sans faille. Sa réaction est selon moi plus un mouvement de colère qu'une vraie prise de conscience. Mais bon, elle nous a déjà surprises en débarquant à l'aéroport, alors…

La deuxième cliente est Isadora, une Anglaise au look original, limite punk, et d'une blancheur spectrale (nous serons donc deux à mettre une crème solaire indice cinquante !). On devine des piercings et des tatouages un peu partout sur son corps. Elle a 39 ans, elle est musicienne et elle vient ici pour trouver l'inspiration (et fuir son copain avec qui ça ne se passe pas bien apparemment, mais elle n'est pas allée plus loin dans ses confidences). Elle est arrivée hier et

repart en même temps que nous. J’ai l’impression que Liz et elle sympathisent bien, malgré des différences flagrantes. Mais la musique est universelle, et Liz est une pianiste émérite, qui sait aussi jouer de l’alto et de la guitare. Et puis elle parle parfaitement anglais, ce qui facilite quand même les échanges, car Isadora ne parle pas un mot de français, mis à part les formules de politesse. Les conversations vont donc bon train autour de la table. Denis est un hôte parfait : il alimente la discussion et nous propose même de nous servir de guide si on le souhaite, pour des excursions par exemple. Il nous conseille aussi sur les plus beaux sites du coin à visiter.

Ces échanges purement touristiques me font me sentir un peu en décalage avec les autres : je ne suis pas venue pour faire de la plongée, trouver l’inspiration, me changer les idées ou me reposer, mais pour faire connaissance avec mon pseudo-père biologique. Je reste donc un peu à l’écart en pensant à ce qui m’a amenée ici. Je sais que je devrais me dépêcher d’aller le voir, car le temps est compté, mais maintenant que je suis là et qu’il est accessible facilement, j’avoue que la dernière marche est difficile à gravir… Ma motivation fond comme la neige au soleil de Papeete, je me demande même par moment si je dois vraiment aller le voir. Je me sens un peu comme une jeune fiancée paniquée à l’idée de se marier le lendemain. Et si j’y vais, comment l’aborder ? J’ai peur de perdre tous mes moyens, de pleurer, ou de m’énerver… J’en ai parlé aux filles dans l’avion, elles m’ont conseillé de ne pas me stresser : je le ferai quand je le sentirai…

Mais si je ne le sens jamais ?

13

Aujourd’hui, nous sommes mercredi. Je ne suis toujours pas allée voir mon père. En revanche, j’ai fait plein d’autres choses, dépensé pas mal d’argent déjà et bu beaucoup trop d’alcool depuis dimanche. Lundi, après une nuit bien reposante, nous avons loué une voiture et fait un premier tour de l’île sous un soleil de plomb, en nous arrêtant notamment à Papeete, qui offre un bon mélange d’exotisme, de tradition et de modernité. Nous en avons fait le tour, du port (où mouillent des yachts incroyables) au marché, en passant par le boulevard Pomare. Résultat : on a acheté de la vanille, des paréos, un peu d’artisanat, du monoï et d’autres souvenirs… De vraies touristes ! Nous sommes passées devant plein de bijouteries qui vantaient toutes la beauté des perles noires. Évidemment, ces perles m’ont fait penser à mon père. Le soir, au gîte, l’ambiance était assez festive, avec apéro et compagnie. Nous avons goûté un poisson cru à la tahitienne, un délice, et du *uru* (le fruit de l’arbre à pain), une sorte de légume qu’on peut préparer de multiples façons. Jo, le spécialiste de la cuisine locale, l’a cuit au feu de bois. Je n’ai pas trop aimé le goût, personnellement, mais Liz et Carole sont fans. Globalement, la nourriture locale est très savoureuse et la cuisine semble influencée par l’Asie (il y a beaucoup d’Asiatiques dans le coin). Mais ce que je préfère ici, ce sont les fruits ! Il y en a partout : dans les jardins, au bord des routes ; il n’y a qu’à se servir ! Et ils sont deux fois plus sucrés qu’en France.

Hier, direction le jardin botanique et le musée Gauguin. On a ainsi fait connaissance avec une tortue des Galapagos centenaire, vu des arbres géantissimes et plein d’autres espèces végétales magnifiques. Puis nous sommes allées voir le trou du Souffleur et la pointe Vénus, avec ses plages de sable noir, très surprenantes, pour nous qui avons l’habitude des grandes plages de sable blanc des côtes landaise et girondine ! Juste deux petits conseils si vous devez un jour vous prélasser sur ce type de plage : premièrement, ne mettez pas de vêtements de couleur claire, car le sable noir, d’origine volcanique, est bien plus fin que le blanc ; du coup, il s’incruste dans les mailles des vêtements et il est quasiment impossible de l’enlever (mon maillot blanc n’y a pas survécu).

Deuxièmement (on l’a appris à nos dépens), ne marchez jamais pieds nus dessus ! Le noir absorbe la chaleur et le sable devient tellement chaud qu’on se brûle littéralement les pieds…

Enfin, après toutes ces aventures, on a terminé la journée dans un grand hôtel de Tahiti, avec un chef japonais hilarant qui préparait tous nos plats devant nous, sur une sorte de plancha géante, et en faisant moult acrobaties avec ses couteaux ! Carole ne quittait pas les couteaux des yeux tellement elle avait peur de se faire poignarder par mégarde. Vendredi prochain, à la fin de notre séjour, nous y retournons pour le spectacle de danse traditionnelle. Denis nous l’a conseillé, apparemment il est féérique, même si c’est un piège à touristes.

Finalement, malgré mon gros problème généalogique, je crois que j’ai bien réussi à « faire le vide » et à me détendre ici, tout comme Liz et Carole. Le fait de changer de cadre aide beaucoup. Je me rends compte, maintenant que je suis plus « relax », de la tension que je pouvais ressentir à Bordeaux. Je le sens même dans mes muscles qui, comme moi, se sont complètement détendus !

Aujourd’hui, j’ai décidé de passer une journée tranquille, entre le gîte et la plage, à cinq minutes. Premièrement parce que je suis un peu crevée à cause du décalage (douze heures quand même !), des litres d’alcool ingurgités et des veillées qui se prolongent très tard, et ensuite parce que mes finances ne sont pas infinies ! La vie coûte cher ici, car beaucoup de choses sont importées.

Je passe donc la journée à ne rien faire, sans culpabiliser, pour une fois. Je consens seulement à barboter dans la piscine, à bronzer (enfin à rougir), à lire mon guide sur la Polynésie, et je m’accorde même une petite sieste. Liz, de son côté, joue de la musique avec Isadora : les deux se sont bien trouvées, et quand Liz joue sur le clavier d’Isa, on voit qu’elle est vraiment heureuse… Elle vit chaque note.

D’ailleurs, Liz s’est elle aussi détendue très vite. Tellement vite que ça paraît presque incroyable. Ce n’était pourtant pas gagné…

En fin de matinée, Esteban est venu nous proposer, à Carole et à moi, de nous faire faire notre baptême de plongée. J’ai refusé net : plutôt mourir tout de suite qu’aller sous l’eau pour respirer dans un masque le contenu comprimé d’une bouteille. Mais, à ma grande surprise (enfin, si on veut), Carole a accepté et ils

sont partis tous les deux. J'espère juste qu'ils savent ce qu'ils font l'un comme l'autre… Je n'aurais jamais imaginé que Carole me surprendrait autant, elle qui était si timorée il y a seulement quelques jours… On dirait que toutes ses angoisses se sont envolées ! C'est ça le lâcher-prise ?

À Tahiti, le soleil se lève et se couche tôt, toute l'année. La vie a donc un rythme différent : la plupart des gens se lèvent vers six heures (de toutes façons, il fait trente degrés à sept heures, donc pour dormir…) et se couchent tôt. D'ailleurs, le fait qu'il fasse nuit vers dix-huit heures est perturbant au début, surtout avec cette chaleur : en France, on a l'habitude des longues soirées d'été…

Ce soir, une fois le soleil couché, nous nous retrouvons, Liz, Carole et moi, autour de la piscine pour y faire trempette. Carole et Liz ont l'air heureuses : elles ont déjà bronzé, et elles ont la tête des personnes contentes de leur journée… Carole papote avec animation : je ne l'ai jamais vue aussi extravertie. Et Liz paraît reposée. Elle n'a pas pris d'Atarax depuis notre arrivée.

Ce soir, on a prévu de rallumer nos portables, qui sont restés religieusement éteints pendant deux jours (même celui de Liz !). S'il y avait eu une urgence, nos proches avaient le numéro du gîte, mais avec le recul, j'ai vraiment apprécié de ne pas être joignable. Liz est d'accord avec moi sur ce point, ce qui est tout à fait inhabituel pour elle.

– Bon, les filles, je vais rallumer mon portable pour voir si j'ai des messages de Guillaume ou des enfants. Mais vous savez quoi ? Moi qui suis tout le temps collée à mon téléphone, ça fait un bien fou de se déconnecter. Le premier jour, j'avais tout le temps le réflexe de regarder dans mon sac pour voir si je n'avais pas de messages… et j'ai été tentée de rallumer mon smartphone pour vérifier. Hier, pareil. Mais aujourd'hui, j'ai eu l'impression de revivre sans lui…

– Moi c'est la même chose, répond Carole, même si je suis moins accroc que toi. Mais c'est peut-être aussi parce que je sais que Richard est rentré de son séminaire… et que j'imagine déjà les messages qu'il a dû me laisser…

– Toi, tu ne devrais pas le rallumer avant notre retour, lui glisse Liz.

– Ce n'est pas l'envie qui me manque, mais… tu sais que ma sœur doit accoucher en août. Elle arrive dans son dernier mois, donc Mila peut arriver n'importe quand à partir de maintenant. J'aimerais le savoir rapidement… et puis je trouve que c'est un bon compromis de n'allumer son portable que tous les

deux jours…

– C’est vrai, acquiescé-je. Ta nièce va s’appeler Mila alors ?

– Oui, c’est mignon je trouve. J’aime bien, confirme Carole.

De mon côté, je ne dis rien. Mais je pense à ma mère, à Armand…

Pour nous donner du courage, nous prenons chacune une Hinano, la bière locale. Puis nous nous décidons. C’est fou comme ce geste, si habituel, devient presque cérémonieux maintenant. Carole est la première à le faire et s’écrie aussitôt :

– J’ai douze messages vocaux, dont onze de Richard, et trente-deux SMS ! Bon, je vais d’abord écouter les messages…

Cela dure un moment. Au bout de quelques minutes, on la voit éloigner le téléphone de son oreille… Richard a dû hurler les derniers messages…

– Bon, eh bien, il fallait s’en douter, il n’est pas content. Enfin, on peut dire qu’il est passé par toutes les émotions : la surprise, la peur, l’angoisse, le désespoir, la colère, la fureur…

– Je ne l’aime pas, mais faut le comprendre, il a dû halluciner ! répond Liz.

– C’est vrai. Surtout que j’ai vraiment tout laissé en plan. Je crois que je n’ai même pas débarrassé la table après notre dernier petit déjeuner pris ensemble. C’est vrai qu’il a dû s’inquiéter énormément… Je n’aurais peut-être pas dû faire ça…

– Ne t’inquiète pas. Il va vite voir que tu as pris l’avion pour Tahiti…

Carole a soudain l’air de réaliser VRAIMENT ce qu’elle a fait. Jusqu’à maintenant, l’adrénaline et l’euphorie du voyage l’avaient aidée à tenir à l’écart les questions trop gênantes et les pensées négatives. Mais maintenant, je les vois presque inonder son cerveau. Ma Carole fragile est de retour, j’en ai bien peur.

– Vous croyez que j’ai fait une bêtise ? demande-t-elle d’une petite voix.

Difficile de répondre à ça de manière tranchée. Évidemment, pour moi, elle reste mon héroïne. Mais bon, elle est quand même partie sans rien dire à personne sauf à son frère. D’ailleurs, je pense au douzième message vocal, celui qui n’est pas de Richard…

– Au fait Carole, qui t’a laissé le douzième message ?

– C’est Xav. Il me prévient que Richard l’a appelé pour lui demander s’il avait des nouvelles de moi, mais qu’il n’a pas encore répondu. Il me demande ce qu’il doit faire.

– Et donc ?

– Je lui dis de le prévenir que je suis partie ?

– Qu’en penses tu ? dis-je.

– Je ne sais pas. Il croit peut-être que je suis morte !

– Sauf s’il a vu que tu as pris la moitié de vos économies et que tu t’es payé un billet d’avion à plus de sept mille euros !

– Il ne m’en a pas parlé encore.

– Eh bien laisse-le mijoter encore un peu…

– Oui, tu as raison Liz, concède Carole. Toutes ces années de mensonges valent bien quelques jours d’inquiétude. Je vais regarder mes SMS, mais ils doivent presque tous être de Richard.

Pendant ce temps-là, Liz et moi rallumons aussi nos téléphones. Liz n’a pas de messages inquiétants. Tout va bien chez elle comme à Cavaillon, où sont ses petits. Même ses parents l’ont laissée tranquille, ce qui est une bonne chose, car ça lui permet de vraiment se détendre.

Quant à moi, j’ai un message d’Armand, un de Nadine, l’amie de ma mère, et, plus surprenant, un de Jérémie, mon chef. Je les écoute tous :

Armand : *« Oui, euh… Salut Juliette. Bon, je t’appelais parce que je voulais parler un peu avec toi. Mais j’imagine que tu dois être très occupée… Je, enfin, je… je voulais m’excuser de tout ce que j’ai pu te dire. Je ne veux pas de break. Je suis désolé d’avoir réagi comme ça, mais ton annonce m’a fait paniquer. Je me suis dit que tu me fuyais. Et puis j’ai vu Laure, du boulot, qui m’a dit que tu étais un peu bizarre ces derniers temps. Euh, enfin, t’inquiète pas hein, je lui ai rien dit à propos de nous. Je lui ai juste demandé où tu étais. Donc, écoute, j’espère juste que ton départ n’est pas lié à nous, et que tu ne fais pas ça pour me faire comprendre que tu en as marre de moi. Voilà. Allez, rappelle-moi si tu veux. Et… ne t’amuse pas trop sans moi… enfin, tu vois ce que je veux dire. Salut. »*

Nadine : *« Bonjour Juliette, c’est Nadine ! J’espère que vous allez bien, et que tout se passe bien à Tahiti ! Je me doutais que vous ne seriez pas joignable,*

mais je souhaitais juste vous dire que je suis allée voir votre maman, et qu'elle va très bien. Elle se plaît bien, je crois, là où elle est. Elle paraît déjà plus calme. Donc voilà, profitez à fond de vos vacances ! Je vous embrasse, et Rachel se joint à moi ! À bientôt ! On vous donne des nouvelles tous les deux jours, comme prévu ! Bisous. »

Jérémie : *« Salut la feignasse ! Je t'appelle pour savoir si tu pouvais revenir bosser le plus rapidement possible…* (pause de quelques secondes). *Naaaan, je rigole ! Bon, sans rire, je voulais juste te dire qu'une certaine Mme Baumann a appelé ici et demandé à te parler. Je lui ai dit que tu étais en vacances, et elle m'a demandé ton numéro de portable, que j'ai refusé de lui donner, tu t'en doutes bien. Je lui ai demandé si elle était l'une des personnes que tu suis. Elle a dit non, mais elle paraissait vraiment bizarre, elle a juste répondu que c'était privé. Je lui ai donc dit que si c'était privé, elle ne devait pas appeler au bureau. Bref. Voilà. Je voulais juste te prévenir… J'espère que tu vas bien en tout cas. Passe de bonnes vacances et pense à nous envoyer une carte postale maintenant pour qu'elle arrive avant toi ! Bisous de tout le monde ! »*

14

Je n’ai pas dormi de la nuit. Je n’ai fait que penser à ce fameux message de Jérémie, qui date de mardi. Pourquoi cette femme a-t-elle essayé de m’appeler ? Est-ce parce que je ne lui ai jamais répondu ? Ou parce que mon père est mort ? Il est peut-être trop tard…

Toutes ces pensées tournoient dans ma tête. Épuisée, je finis péniblement par sortir de mon lit et aller sur la terrasse pour me changer les idées. Le soleil n’est pas encore levé, mais il ne va pas tarder, on le voit au ciel qui pâlit à l’est. Il fait encore bon, dans les vingt-quatre ou vingt-cinq degrés, mais ça devrait se réchauffer très vite. Je profite donc de la fraîcheur toute relative pour marcher vers la plage dans l’aube naissante. Un beau lever de soleil sur l’océan me remontera peut-être le moral !

Arrivée là-bas, je me rappelle soudain que la plage est ici orientée à l’ouest et qu’on ne peut donc pas y admirer le lever de soleil. Quelle idiote ! Mais bon, la vue n’est quand même pas trop mal… Je reste quelques minutes silencieuse et me ressource dans ce calme réparateur, avant de commencer à marcher le long de la plage, les pieds dans l’eau. Quelques centaines de mètres plus tard, encore perdue dans mes pensées, je sursaute en voyant un homme assis au bord de l’eau, immobile. Je le reconnais très vite : c’est Jo la montagne, qui semble concentré sur quelque chose. Je suis en train de faire demi-tour quand je l’entends m’appeler :

– Bonjour Juliette ! me dit-il.

– Bonjour Jo, pardon, je suis désolée, je ne voulais pas vous déranger. Je n’arrivais pas à dormir alors…

– Tu ne me déranges pas. Je venais de finir ma séance de méditation.

– Aaaaaaaah OK. Oui, c’est vrai qu’on est censé se tutoyer. Désolée, je ne m’y suis pas encore habituée.

– Ce n’est pas grave. Tu vas bien ? Tu as l’air… fatiguée.

– Oui, et je crois que c’est un euphémisme ! Je suis épuisée, effectivement.

J’ai pas mal de choses en tête qui… m’empêchent de dormir.

– Ah bon ? Tu n’es pas venue ici pour te libérer de toutes ces choses et de ces voix dans ta tête justement ?

– Ces voix ? dis-je, un peu surprise.

– Oui, ces voix. Ou plutôt cette voix. Cette petite voix intérieure, celle qui te dit toujours que « tu devrais faire ci, tu ne devrais pas faire ça, tu aurais dû dire ça »… Notre conscience quoi.

– Ah, OK, tu me rassures. J’ai cru que tu me prenais pour une schizophrène…

Ma blague tombe à l’eau. Je cache mon embarras comme je peux. Jo m’intimide un peu, ce qui n’est pas courant pour moi. Mais il semble vraiment… minéral. Je ne vois pas d’autres mots. Pas froid, attention. Mais solide comme un roc plutôt. Et serein. Profond même. Je ne sais pas pourquoi. Il ne sourit pas énormément et n’est pas jovial comme peut l’être Denis, mais il dégage une sorte de magnétisme étrange.

– Et donc euh… tu vas bien ?

– Ça va. Merci.

– Et… tu viens souvent… méditer par ici ?

– Chaque jour, depuis neuf ans environ.

– Ah oui, en effet. C’est donc une… habitude…

– Oui. On peut dire ça.

Super. Bon. #GrandMomentDeSolitude. Que dire ensuite ? Alors que je suis en train de réfléchir très intensément à la prochaine platitude que je compte asséner à mon interlocuteur, j’ai la curieuse impression que mon cerveau est aussi productif qu’un hamster obèse qui court dans une roue. Je suis peut-être vraiment schizo, finalement. Heureusement, Jo m’interrompt dans mes réflexions :

– Tu n’as pas répondu à ma question, me dit-il.

– Quelle question ?

– Je te demandais à demi-mot ce que vous veniez faire ici, toi et tes amies.

– Ah oui, c’est vrai. Eh bien, écoute, je crois qu’on est venues pour… lâcher prise. Chacune dans notre genre.

– Ah… je vois.

– Comment ça ? Tu as l’air… dubitatif.

– Je ne sais pas. J’ai l’habitude de voir des gens débarquer ici et repartir. Les

trois quarts me disent en gros qu'ils viennent ici pour « lâcher prise ». Et quand je leur demande ce que ça signifie pour eux, ils me disent qu'ils se sentent piégés par leur quotidien, par leur boulot, par leur couple parfois, et que venir ici leur fait du bien parce que d'une certaine manière, ils déconnectent, ils peuvent se faire plaisir, penser à eux.

– Je comprends. Et qu'est-ce qu'il y a de mal à ça ?

– Rien, absolument rien. C'est juste que ce sont des mensonges.

– Comment ça ?

– Eh bien… la plupart viennent pour deux, trois ou quatre semaines. Pendant ce temps très court, ils veulent faire trois ou quatre îles différentes, voire plus. Ils sont donc toujours en train de courir d'un avion à un autre, d'un hôtel à un autre. Et pour faire quoi ? La même chose sur toutes les îles. Bronzer au soleil, acheter des choses inutiles, boire, faire la fête. Ah oui ! et mettre les plus belles photos sur leur profil Facebook ou Instagram, pour bien montrer que leur vie est passionnante. Pour eux, montrer ces photos où ils paraissent heureux, c'est être heureux. Et puis une fois qu'ils sont bien bronzés, ils repartent, toujours avec leur iPhone à l'oreille, et je ne pense pas que quoi que ce soit change pour eux finalement. Dans leur cas, je ne vois pas vraiment en quoi ne penser qu'à eux les aide à lâcher prise. Ce sont les gens autour de nous qui nous apportent du bonheur. Pas le fait de ne penser qu'à soi.

Je suis assez froissée par cette tirade. Non que je me sente concernée (je suis une des rares personnes sur cette terre à ne pas avoir de profil Facebook), mais je trouve surtout que c'est un peu facile de juger ces gens…

– Eh bien je ne suis pas d'accord avec toi. Par exemple, mon amie Liz, elle, travaille comme une folle pour ses parents et passe le reste du temps à s'occuper de ses enfants. Donc, forcément, elle a besoin de lâcher prise, en venant ici et en ne s'occupant que d'elle.

– D'accord. Mais sincèrement, je ne pense pas qu'elle ne cherche à « penser qu'à elle ». Je dirais qu'elle a juste besoin d'un meilleur équilibre dans sa vie. Son but doit être, d'une certaine manière, d'ÊTRE vraiment elle-même. C'est différent que de « ne penser qu'à soi-même ». Il ne faut pas confondre le lâcher-prise et l'égocentrisme.

J'opine, car je comprends mieux ce qu'il veut dire, quand il fait la différence entre « ne penser qu'à soi » et « tenter d'être vraiment soi-même ». Finalement, je suis même d'accord avec lui. Même si ça ne rend pas les choses plus faciles.

– Alors c’est ça lâcher prise ? Être soi-même ?

– Oui, mais ce peut être beaucoup d’autres choses aussi. C’est juste que lâcher prise, ce n’est pas ce que la plupart des gens font : fuir les responsabilités, boire de l’alcool, faire semblant de se foutre de tout. Ce n’est pas parce que tu fais seize mille kilomètres pour fuir tes problèmes que tu lâches prise. Au mieux, tu retardes un peu la confrontation avec ce qui te préoccupe. Mais la fuite n’arrange jamais rien. La fuite, c’est comme la recherche de contrôle. Tu ne peux pas toujours fuir. Tu ne peux pas toujours tout contrôler.

– Mais peut-être que ces gens ont seulement besoin de faire un *break* et qu’une fois revenus, ils ont plus d’énergie pour résoudre leur problème ?

– Oui, peut-être que tu as raison.

Cependant, je dois avouer que je ne suis moi-même pas très convaincue par mes arguments. Je pense à Carole, qui a fui son mari volage. Nul doute qu’une fois revenue en métropole, tout ça va lui éclater au visage. Qui sera bronzé, certes. Mais il n’empêche que ça ne va pas être beau à voir.

– Peut-être que oui, c’est vrai, tout ça, ça n’arrange rien, continué-je malgré tout, et surtout pas l’état du portefeuille d’ailleurs. Mais on ne peut pas juger les gens juste pour ça, si ? Et puis bon, lâcher prise, ça veut dire quoi alors ? C’est déjà bien, moi, je trouve, si on repart d’ici un peu moins… stressé…

– Bien sûr, mais c’est mettre un plâtre sur une jambe de bois. Si tu reviens d’ici avec exactement le même état d’esprit… rien ne changera. Et je ne dis pas que c’est facile ! Lâcher prise, pour moi, c’est arrêter de s’accrocher à des choses qui n’ont pas d’importance. C’est arrêter de vouloir contrôler des choses qui ne sont pas contrôlables. Et c’est arrêter de fuir un problème quand ce problème se révèle être en nous, et en nous seulement. Comme la plupart des problèmes d’ailleurs. Aller à l’autre bout du monde ne changera rien. Parce que lâcher prise, c’est accepter sa fragilité, sa vulnérabilité, ses émotions, son passé, son manque de confiance en soi. C’est accepter l’incertitude et tenter de vivre quand même, en n’étant jamais certain de rien, sauf de vivre l’instant présent. C’est faire le deuil de tout ce qu’on n’a pas été, de tout ce qu’on n’a pas eu, ou de tout ce qu’on a fait et qu’on n’aurait pas dû…

Je ne réponds pas, car ses paroles font sens pour moi. Le silence se prolonge.

– Tes amies sont peut-être venues pour fuir quelque chose. Mais toi, c’est

différent. J’ai l’impression que tu es au contraire venue… chercher quelque chose.

Je regarde Jo, assez impressionnée par son intuition. Il est brut de décoffrage (la diplomatie n’a pas l’air d’être sa qualité première), mais il a un sacré nez.

– Et qu’est-ce qui te fait dire ça ?
– Oh, une intuition.
– Allez, dis moi, ça m’intéresse.
– Eh bien… Tu parais forte. Très forte. Et tu n’aimes pas montrer ta vulnérabilité. Tu portes une carapace très épaisse, mais qui commence à peser lourd il me semble. J’ai l’impression que tu es un peu la meneuse de votre groupe, que les filles n’auraient pas forcément eu la volonté de venir ici si toi tu n’étais pas venue. Mais toi, tu ne sembles pas vraiment fuir quelque chose. J’ai remarqué que tu as un air déterminé quelquefois, quand tu es dans tes pensées, comme si tu venais pour… dire ou faire quelque chose d’important.
– Mouais. Je me sens pas vraiment déterminée ces derniers temps. Pas du tout même.
– Oui, mais ça va arriver. Parfois, on a besoin de temps pour finir de se convaincre de faire quelque chose que l’on a déjà décidé de faire depuis longtemps… Tu comprends ce que je veux dire ?
– Je vois tout à fait…, dis-je malgré moi.
– OK. Bon. Désolé de te dire ça en plein milieu de la discussion, dit Jo en regardant le ciel, mais il va falloir que j’y retourne. Denis m’attend pour préparer le petit déjeuner. On reprendra plus tard ? À moins que tu veuilles m’accompagner ?

Absorbée par notre discussion, je n’ai pas remarqué que le jour s’est maintenant levé. La plage est inondée de lumière. L’eau turquoise semble remplie de paillettes étincelantes. Les quelques nuages blancs vivotant ça et là ne font que mettre en exergue le ciel intensément bleu autour d’eux.

Jo déplie son corps immense avec une agilité surprenante pour un homme de presque soixante ans et commence à marcher vers le gîte. Après un moment d’hésitation, je décide de le suivre.

– Et d’où tu sors toutes ces… connaissances ? Tu étais gourou ou psy ? Je te dois quelque chose pour la consult’ ?

Jo sourit à pleines dents. C’est tellement surprenant que j’en reste bouche bée. Il a un sourire magnifique.

– Non, pas du tout. Je suis seulement un homme à tout faire.
– Oh, allez arrête, tu dois bien avoir un parcours un peu plus… varié non ?
– Oh oui ! Ça c’est sûr !

Mais avant qu’il ait le temps de continuer, nous arrivons au gîte et il disparaît en cuisine après m’avoir fait un signe de la main et un clin d’œil…

15

La discussion de ce matin avec Jo me fait pas mal cogiter. Quand les filles se lèvent, vers neuf heures, nous décidons d'aller faire un peu de snorkeling (activité qui me paraît beaucoup moins dangereuse que la « vraie » plongée avec bouteille d'oxygène et tout le toutim). Nous empruntons donc des masques, des palmes et des tubas à Denis, et nous nous mettons en route vers la plage. En chemin, je leur résume la discussion que j'ai eue avec Jo.

– Il a raison, je pense, d'une certaine façon, concède Liz. À titre personnel, c'est vrai que ces deux semaines vont me faire du bien et que j'ai vraiment l'impression de lâcher prise. J'en suis même la première surprise. Mais si je recommence sur le même rythme une fois rentrée, finalement, ça n'aura servi à rien… Je suis sûre qu'une semaine après je recommencerai à faire des insomnies et des crises d'angoisse.

– Et moi, c'est un peu pareil, dit Carole. Quand je vais rentrer, ça va vraiment être difficile… Je m'en rends compte après avoir écouté les messages de Richard. Maintenant que les premiers jours de jubilation sont passés, j'avoue que je commence à angoisser… Vous imaginez ? Dans seulement dix jours, ça va être le retour à la vraie vie !

Je suis d'accord avec les filles. Mais comment, alors, lâcher réellement prise ? Jo disait que c'était en se confrontant aux situations qui nous font peur, au lieu de les fuir… C'est bizarre quand même. Je ne voyais pas le lâcher-prise comme ça. Pour moi, lâcher prise, c'était un peu comme se dire « allez, finalement ce n'est pas si grave que ça, il faut que j'arrête de me prendre la tête », c'est-à-dire arriver (je ne sais pas trop comment) à mélanger relativisation et méthode Coué.

Pour moi, évidemment, me confronter à ce qui me fait peur signifie aller voir mon père. Et, comme un déclic, je ressens soudain un sentiment d'urgence à le faire.

– Je crois que je vais aller voir mon père aujourd'hui. J'ai assez attendu, c'est

n’importe quoi. Ça fait quatre jours qu’on est ici et j’ai passé mon temps à acheter des trucs, glander et prendre l’apéro. Il faut que je me bouge. Au moins ce sera réglé et je pourrai passer à autre chose.

Voilà, c’est dit. Maintenant, je ne peux plus changer d’avis. Liz et Carole ne commentent pas ma décision, mais, l’air grave, proposent de m’accompagner. J’accepte, un peu à contrecœur, sûrement à cause de ma fierté mal placée (je n’ai pas l’habitude de leur demander de l’aide). Mais je me dis aussi qu’être soutenue au cas où ça ne se passe pas bien ne sera pas du luxe.

Dans l’après-midi, donc, après avoir mangé un *ma’a tinito*, un plat chinois populaire ici, à base de haricots rouges, de vermicelles et de viande, acheté à la roulotte du coin (des sortes de *food trucks* locaux), nous partons toutes les trois pour Papeari, pas très loin du musée Gauguin et du jardin botanique où nous sommes déjà allées. C’est situé juste avant la partie de Tahiti qu’on appelle la « presqu’île », plus humide que la partie principale de l’île, et un peu moins touristique aussi.

Après avoir roulé une bonne demi-heure, nous arrivons à l’adresse indiquée par Teani Baumann, une villa assez cossue d’architecture locale située au bout d’un long chemin en terre bordé de fleurs, sur un terrain isolé des autres habitations. Les maisons d’ici sont souvent sur pilotis, car les inondations sont fréquentes pendant la saison humide… Celle-ci ne déroge pas à la règle. Un jardin aussi luxuriant que celui du gîte entoure la maison. À Tahiti, Denis me disait que l’herbe et les plantes poussent tellement vite qu’il est obligé de passer la tondeuse toutes les semaines. Et surtout, il n’y a nul besoin d’avoir la main verte pour avoir un jardin paradisiaque.

Liz se gare au bout du chemin, à une centaine de mètres de la maison. J’ai « le cœur qui fait boum boum », comme dirait un ami canadien. La chaleur humide et les sièges en cuir du pick-up que l’on a loué n’arrangent rien : on transpire comme des marathoniens. Il y a une voiture, un gros pick-up Toyota blanc, devant la maison. Et on perçoit du mouvement dedans, à travers les voilages colorés.

Je ne me sens pas tout à fait prête à rencontrer celui qui se dit être mon père. Qui le serait après trente-six ans d’absence ? Mais bon, maintenant que je suis ici, quasiment à portée de voix, je ne vais pas faire demi-tour… Les filles

attendent patiemment que je me décide à sortir. Je leur ai demandé de rester dans la voiture pour le moment. Je préfère faire ça toute seule, mais les savoir juste à côté me rassure.

Après avoir attendu une éternité, je finis par me décoller du siège et par sortir de l'auto. Je prends le chemin en terre qui mène à la maison en sentant le regard bienveillant et inquiet des filles dans mon dos. Je prends tout mon temps, car finalement, après avoir pensé des jours et des jours à cette rencontre et imaginé tous les scénarios possibles, je ne sais toujours pas comment aborder mon « père »…

Une fois arrivée au bout du chemin, je monte les marches qui mènent à la porte d'entrée, quand j'entends une voix douce chanter une sorte de berceuse, dans une langue que je ne connais pas, du tahitien j'imagine. Je m'apprêtais à sonner, mais je stoppe mon geste. Mieux vaut toquer doucement peut-être. Je ne voudrais pas réveiller un bébé qui n'a rien demandé.

Toc toc toc. Ma tachycardie augmente significativement.

Des bruits de pas se rapprochent. Puis la porte s'ouvre sur une jeune femme de vingt, vingt-cinq ans environ, tenant dans ses bras un bébé qui me paraît incroyablement petit, car sa tétine, qui proclame : « Prends-moi dans tes bras », couvre la moitié de son visage. Ses yeux noirs immenses et bordés de cils épais me fixent attentivement. La jeune femme, elle au moins, me sourit :

– *Ia orana* ! Je peux faire quelque chose pour toi ?

Je suis paralysée, je n'arrive pas à parler. Je regarde autour de moi en quête d'un peu d'aide, mais évidemment, ce ne sont pas les hibiscus qui vont me souffler la réponse. La jeune femme, de souriante, devient interrogative.

– Oui ? Je peux t'aider ? répète-t-elle.

Je finis par me secouer et lui répondre.

– Oui, bonjour… Je cherche, euh… Christian Baumann s'il vous… te plaît.
– Il n'est pas ici mais ne devrait pas tarder à rentrer. Il avait rendez-vous à l'hôpital pour des examens. Tu es… ?
– Je suis… une amie. Enfin, une connaissance… du travail.

– Ah bon ? me dit la jeune femme en haussant ses sourcils. Je pensais connaître tous les collègues de mes parents pourtant. Tu fais quoi ?

– Euh… je… suis dans l'expertise. Des perles.

Pff… Mais ça ne va pas bien non ? Je ne sais pas ce qui m'a pris de dire ça. La panique sans doute. Et je suis aussi en train de réaliser que je parle sûrement à ma demi-sœur… Et à mon demi-neveu. Ou demi-nièce.

– Ah d'accord. Tu remplaces Maevarau alors ? Je ne pensais pas qu'il était déjà parti à la retraite. J'espère que ses ennuis de santé n'ont pas recommencé…

– Euh oui, moi aussi, dis-je en bafouillant et en me sentant VRAIMENT mal et coupable.

– Mais je suis bête, rentre donc ! Tu seras mieux que sur le pas de la porte. Tu veux boire un truc ? Un jus de mangue ? Un café ? Une bière ?

– Non, non, merci, je venais juste pour parler à m… ton père.

– Eh bien je t'en prie. Voilà quand même un verre d'eau. Assieds-toi. Ça ne fait pas longtemps que tu es arrivée sur l'île, non ?

– Non, pas vraiment.

– Et tu viens d'où ?

– De Bordeaux… je…

À ce moment-là, le petit bébé se met à pleurer…

– Chut, doucement Keanu. Tu ne voudrais pas faire peur à… Mais oui, au fait, tu t'appelles comment ? J'ai oublié de te demander.

– Juliette, dis-je dans un souffle.

– Juliette ? Ah c'est joli, ça fait tellement romantique…

– Merci. Et toi ?

– Tiaré. Comme la fleur. Mais tout le monde m'appelle Titi. Comme le canari. Bon, excuse-moi deux minutes, je dois changer Keanu avant qu'il ne nous empeste et le coucher. Tu m'attends là ?

– Oui, bien sûr.

Tiaré s'éloigne en chantonnant et en tenant contre elle son petit bébé adorable mais malodorant. J'en profite pour regarder un peu autour de moi. La maison est agréable, très ouverte sur l'extérieur avec une immense baie vitrée donnant sur une grande terrasse. De grands carrés de toile tendus au-dessus prodiguent un peu d'ombre.

À l’intérieur, la pièce à vivre est décorée avec goût, dans un style plutôt local : de grands tableaux colorés et fleuris et une sorte de grande planche de surf en bois précieux, joliment gravée de motifs végétaux, ornent les murs. Les tableaux sont signés Teani, la femme de Christian. Je me dirige ensuite, comme aimantée, vers un mur couvert de jolis cadres colorés. Des photos.

Sur la plupart, on voit Christian Baumann, sa femme et sa fille, tous souriants, heureux, bronzés. Teani, la mère de Tiaré, est une très belle femme, certainement moitié asiatique moitié tahitienne, au vu de ses yeux très en amande, de ses pommettes hautes et de son petit nez. Elle est habillée sur la plupart des photos avec des robes d’inspiration tahitienne, ou en paréo. Ses cheveux sont d’un noir de jais presque bleuté, absolument magnifiques. Sur l’une des photos, on la voit en plein mouvement, gracieuse, en tenue de danse traditionnelle, si caractéristique de la Polynésie. En plus de la jupe en fibre de cocotiers et du soutien-gorge en noix de coco, elle porte également une sorte de grande coiffe tressée avec des feuilles et des fleurs. Une vraie vahiné de conte de fées.

Quant à celui qui se dit être mon père, c’est bien lui que j’avais vu sur la photo du site web. C’est un très grand gaillard d’au moins deux mètres, blond aux yeux bleus. Il paraît détendu sur la plupart des photos, en short, chemise colorée et tongs. Une photo en particulier m’interpelle : on le voit sur un bateau, avec des amis à lui, je suppose. Il est beaucoup plus jeune sur cette photo, je dirais une trentaine d’années. Une sorte de frisson me court le long du dos, alors que je m’attarde sur les détails. Car le moins qu’on puisse dire, je le réalise soudain, c’est que j’ai l’impression de regarder mon propre visage, au masculin : même nez volontaire, légèrement trop grand. Mêmes yeux bleus perçants. Même couleur de cheveux, même si les miens ont en plus les reflets roux de ma mère. Même mâchoire un peu carrée. Même sourire avec cette petite fossette caractéristique. Et dans l’ensemble, même si je ne suis pas si grande, nous avons la même carrure, solide, sportive. Difficile de ne pas voir la ressemblance entre lui et moi : je suis son portrait craché. Cependant, même si je vois bien tout cela, c’est comme si mon cerveau enregistrait l’information, mais qu’il ne voulait pas encore la croire… Je suis comme sidérée, en état de choc.

Je tombe ensuite sur une photo en noir et blanc de Christian bébé (je sais que c’est lui car on a peint son nom sur son berceau) avec sa mère, j’imagine. Et en la voyant, l’évidence me frappe de plein fouet : je ressemble à cette femme comme deux gouttes d’eau !

Alors que je regarde les autres photos, ma vue se brouille. J'ai envie de pleurer. Je me sens perdue, désorientée, désemparée, car je crois que j'avais encore l'espoir vain que tout cela soit faux. Mais je ne peux nier ce qui s'impose à moi : toute cette histoire rocambolesque est certainement vraie. Cet homme est mon père, je le sens, alors même que je n'ai fait que regarder quelques photos encadrées. Pendant que mon cerveau prend peu à peu cette donnée en compte et que je regarde ces moments heureux compilés sur ce mur… toutes ces images remplies d'inconnus prennent soudain un autre sens. Des sentiments négatifs m'envahissent : de la colère, de la frustration, de la jalousie, de l'envie, de la rancœur.

Mon père ne m'a jamais prise sur ses épaules pour monter sur un bateau, n'a jamais mangé sa glace en s'en mettant partout pour me faire rire, ou ne s'est jamais déguisé en princesse pour jouer à la dînette avec moi, comme sur ces photos. Tout ça, c'est pour quelqu'un d'autre qu'il l'a fait. Et sincèrement, jusqu'à ce que je reçoive cette lettre, je crois bien que je m'en fichais éperdument. Je me suis construite ainsi. Mais bizarrement, le fait de savoir que mon père, cet absent notoire, ne s'appelait pas Paul Bergson mais Christian Baumann change tout, je ne peux expliquer pourquoi. Et ça me fout encore plus en rogne.

Le pire, c'est que j'ai eu une enfance heureuse. Ma mère a toujours été aimante. Mais la présence de quelqu'un d'autre, une personne qui l'aurait aimée et soutenue, je le réalise maintenant, aurait changé beaucoup de choses. Parce qu'elle n'a jamais été très joyeuse finalement. Elle était assez angoissée je pense, avait même de longues périodes de mélancolie, pendant lesquels la petite fille que j'étais se demandait ce qui rendait sa maman si triste…

Sans parler de cet autre mystère : pourquoi m'a-t-elle menti pendant toutes ces années ?

J'entends des bruits de pas feutrés. Je reviens donc à la réalité, mais cela ne me fait pas du bien, car je m'aperçois que je suis dans une sorte d'état second. Je n'ai pas le temps de me remettre que Tiaré revient déjà, après avoir couché son bébé. Je n'arrive pas à bouger, tétanisée, au bord de l'évanouissement. Mon cœur cogne fort dans ma cage thoracique, j'ai chaud, ma tête bourdonne, un voile blanc commence même à troubler ma vue. J'essaie de cacher mon état

pathétique tant bien que mal, en me forçant à sourire. Mais même elle ne semble pas croire en mon rictus de guingois :

– Ça va ? Tu vas bien ? Tu es toute pâle…
– Oui, oui, bien sûr. C'est juste… la chaleur et l'humidité. J'ai encore du mal avec ça.
– Ah oui, c'est sûr qu'il faut s'habituer au climat ici. En plus, la zone est plus humide ici qu'à Papeete ou sur la façade ouest de l'île.
– Oui, c'est vrai.

Soudain, son téléphone (son *vini*, comme on dit ici) se met à biper :

– Ah, ça tombe bien, ma mère me prévient qu'ils ne devraient pas tarder. Ils seront là dans vingt minutes. Ça te va ?

Non, ça ne va pas. Ça ne va pas du tout. Je ne me sens pas du tout en état de rencontrer qui que ce soit d'autre. Mon cerveau est en fusion, j'ai même du mal à respirer. Je me souviens alors des crises d'angoisse de Liz. Il ne faut pas que ça m'arrive ici. Je ne le supporterais pas. Prise par un début de panique, je finis donc par répondre :

– Écoute, euh, je ne peux pas attendre… Je dois y aller… Je reviendrai peut-être… plus tard.
– Ah, d'accord. Comme tu veux. Je dirai à mes parents que tu es venue, Juliette.

Je bafouille un truc incompréhensible et finis par sortir. Le souffle court, je parcours les cent mètres qui me séparent de la voiture moitié en titubant, moitié en courant, et j'ouvre la portière en lâchant un « fonce ! » à Liz. Je jette un dernier regard à la maison avant que la voiture démarre. Et j'aperçois Teani, qui m'observe du pas de la porte, l'air pensif, si ce n'est suspicieux.

Sur le chemin du retour, personne ne rompt le silence lourd qui s'est installé. Même Carole, si pipelette quand elle est gênée, se tait. De mon côté, je n'ai qu'une envie. Hurler, frapper, casser, faire mal. Je serre donc les poings et les mâchoires, tellement fort que mes dents finissent par grincer.

Une fois au gîte, je sors de la voiture et me dirige vers ma chambre, sans

adresser un mot à Denis qui me regarde avec inquiétude. Liz me rattrape, me prend doucement le bras et me demande :

– Ça va ma belle ? Tu ne veux pas discuter de ce qui s'est passé ?

Je laisse alors, malgré moi, éclater tout ce que j'ai en moi :

– Putain mais non ! Il n'y a rien à dire ! Pendant que… pendant que j'étais seule avec ma mère, on peut dire qu'il s'est bien éclaté lui avec sa vahiné et sa fille si magnifiques ! Il était heureux ici ! Et nous on pouvait crever ! Je ne sais pas pourquoi je suis étonnée de toute façon, et je ne sais même pas pourquoi je suis venue. Si je ne vous avais pas écoutées vous aussi, je n…

– Hey ! réagit Liz. Nous on ne t'a pas forcée hein ! Tu sais que tu es injuste quand tu dis ça !

– Oh arrête ! Toi, tu rêvais de partir en vacances loin de ton boulot, tes parents et tes gosses et Carole, elle, elle a carrément volé de l'argent à son mari pour pouvoir venir ! C'est pour ça que je suis là !

Dans mon dos, Carole se met direct à sangloter, je l'entends, mais plus rien ne m'arrête, les digues sont toutes en train de craquer.

– Et bon sang, je n'avais pas besoin de ça ! Mon père était déjà mort et enterré et ça m'allait très bien ! Je m'en sortais nickel, je faisais ma petite vie. Et là, j'apprends qu'en fait mon père, c'est un autre homme, un inconnu, et que cet inconnu a une autre famille… Et je vois toutes ces photos… Et je vois cette fille si gentille, avec son petit bébé si mignon et je dis « merde » ! Meeeeeeeeeeeerdeeeeee !

Je cours alors vers la porte de ma chambre, en ne voyant rien ni personne excepté ma rage et ma colère, et je crie :

– Foutez-moi la paix ! Allez faire de la musique ou coucher avec Esteban, je m'en fous. Je m'en fous de tout. Laissez-moi tranquille.

Et je m'enferme, sous les yeux médusés de mes amies et de Denis.

16

Le lendemain matin, après un réveil difficile, je bois mon café, les pieds dans le lagon (c'est un luxe auquel j'ai pris goût et qui me manquera). J'ai évidemment très mal dormi (je vais finir par revenir moins en forme que lorsque je suis partie). Je regrette ce que j'ai pu dire hier aux filles, elles n'y sont vraiment pour rien dans toute cette histoire. Bien au contraire. Elles n'arrêtent pas de me soutenir… Et moi je les traite vraiment mal. Je devrais gérer ça toute seule finalement, ce serait plus simple.

C'est la première fois depuis longtemps qu'on se dispute vraiment. À l'adolescence, nous avons eu notre période « t'es plus ma copine », chacune à tour de rôle, mais nous avons toujours su nous réconcilier. Hier soir, quand je suis ressortie de ma chambre, penaude après m'être calmée, je ne les ai pas trouvées, et elles n'ont même pas mangé ici. Après avoir fait ma petite enquête auprès de Denis (qui avait visiblement l'air gêné que je lui pose des questions sur mes amies après avoir assisté à notre dispute), j'ai su que Carole, Esteban, Liz et Isadora avaient convenu d'aller voir un groupe de rock local en centre-ville…

OK, elles font la tête. Je l'ai mérité.

J'ai donc décidé de commander une pizza et je suis restée seule dans ma chambre, ce qui ne m'a pas aidée pour lâcher prise. J'ai continué à ressasser tout ce qui s'est passé ces derniers temps dans ma vie : ma mère qui a Alzheimer, mes copines qui craquent, entre le burn out de l'une et la rupture de l'autre, mon père qui ressurgit après trente-six ans de silence… Je me suis bien apitoyée sur mon sort toute la soirée, notamment en repensant à ces photos sur le mur. C'est clairement ce qui m'a tuée : voir tous ces moments heureux et me sentir pour la première fois exclue, abandonnée.

Tard dans la soirée, j'ai entendu mes amies revenir, en compagnie d'Isa et Esteban. Je n'ai pas voulu sortir de ma chambre. Pas la peine de plomber

l’ambiance… Ce matin, très tôt, quatre nouveaux locataires sont arrivés. En prenant mon café avant de m’échapper avec mon mug vers la plage, je les ai croisés alors qu'ils partaient vers Papeete, sans même se reposer une journée après le voyage. Ce sont deux couples de Français, de jeunes retraités apparemment hyperactifs, qui ne restent que peu de temps à Tahiti (d’où leur empressement à tout visiter). Ils font, comme Jo le disait, le tour de plusieurs îles en deux semaines : Moorea, Huahine, Bora Bora, Tetiaroa, les Marquises, et ils terminent par l’Île de Pâques, avant de s’envoler vers le Japon. Il y a Beatrix et Guy, d’anciens cadres commerciaux, et leurs copains Mireille et Philippe, qui bossaient dans le secteur industriel. Les quatre ont l’air très sympas et débordent d’énergie, mais où sont les retraités d’antan, qui faisaient des lotos, des confitures et la sieste ? À croire que la vieillesse n’existe plus…

Après avoir bu mon café, les yeux vides fixés sur l’horizon, à me demander quoi faire concernant mon père et comment me rabibocher avec les filles, je commence à marcher le long de la plage. Comme la veille, je croise Jo, qui revient, j’imagine, de sa séance de méditation. Il me salue, et me demande :

– Ça te dit d’aller faire une petite excursion en montagne ? Tu n’en as pas marre du lagon ?

Seul un Tahitien qui a toujours vécu ici peut sortir cette phrase bizarre : « Tu n’en as pas marre du lagon ? » Mais moi, je suis une métropolitaine. Je devrais donc très bien supporter la vue de ce lagon pendant le reste du séjour. À vrai dire, je pourrais même demeurer des heures à détailler les différentes nuances de bleu et de vert, ou à chercher cette ligne un peu poreuse entre le ciel et la mer. Je lui réponds donc en souriant :

– Je n’en ai pas du tout marre du lagon, mais je veux bien faire une petite excursion, oui. Ça me fera du bien de marcher un peu. Quand tu parles de montagne, tu veux dire le centre de l’île, c’est ça ?

– Exactement ! Il y a des coins vraiment sympas, avec plein de cascades. Bon, par contre, prends de la bombe anti-moustiques si tu ne veux pas attraper la dengue !

– OK…

Rassurant !

J’ajoute, après une seconde d’hésitation :

– Ça te dérange si je demande aux filles si elles veulent nous accompagner ? À quelle heure y va-t-on ?

– Non, ça ne me dérange pas, mais il faut qu’on soit partis dans trente minutes. Pour aller là où je t’emmène, il vaut toujours mieux partir tôt et redescendre tôt aussi. Ça te va ?

– Oui, bien sûr. Mais… juste… Pourquoi me proposes-tu cette excursion ? Tu dois y aller ?

– Disons qu’aujourd’hui, c’est mon jour off. Et j’aime bien m’isoler un peu en hauteur.

– T’isoler ? Et tu me demandes de venir ?

Jo sourit. D’un beau sourire bien franc.

– Je me disais que ça te ferait du bien aussi…

– OK. Ça marche.

Est-ce que Denis lui a parlé de ma dispute avec les filles ?

– Et je crois qu’on n’a pas vraiment terminé notre discussion la dernière fois, non ? reprend Jo en souriant.

Je hoche la tête. Je crois que Jo peut m’aider à y voir un peu plus clair dans tout ça. Un type qui fait de la méditation tous les jours avant le lever du soleil ne peut qu’avoir les idées claires, non ?

Nous revenons ensemble vers le gîte. Il me conseille d’enfiler de bonnes chaussures et de prévoir quand même un maillot. Heureusement que je n’ai pas pris que mes tongs !

De retour dans ma chambre, je me change et vais ensuite toquer à la porte de Liz, un peu anxieuse. Rien. Je frappe de nouveau, et là, j’entends une voix rauque et endormie me dire « Allez-vous-en ! Laissez-moi dormir ! » OK. Vu le caractère de Liz au réveil, je préfère la laisser tranquille. Je toque à la porte de Carole. Aucune réponse. Je toque un peu plus fort et finis par l’appeler. Toujours rien. Elle est peut-être partie se balader… Je vais voir Denis, qui s’apprête à partir au marché :

– Salut Denis, tu as vu Carole ce matin ?
– Bonjour Juliette. Eh bien, non, je ne l'ai pas vue… mais…

Il laisse sa phrase en suspens. Je l'interroge du regard.

– Euh, bon, ça ne me regarde pas, mais je crois qu'elle… n'est peut-être pas dans sa chambre.

Denis rougit un peu sous son hâle permanent et me regarde avec un sourire embarrassé. Je comprends mieux. Elle a dû dormir avec Esteban… Mais où est passée ma douce et timide Carole ?

En même temps… et alors ?

La pauvre, elle a passé des années à se sacrifier pour son mari égoïste et volage, et maintenant qu'elle s'amuse et pense enfin à elle, je ne trouve rien de mieux à faire que la juger… Je suis vraiment nulle comme copine.

Pleine de pensées un peu moroses, je rejoins Jo qui m'attend devant son énorme pick-up.

– Tu es toute seule ?
– Oui. Les filles se reposent, dis-je, un peu gênée.
– Pas de problème. Je reviens tout de suite, je vais prendre de quoi manger pour ce midi.

Nous voilà partis deux minutes plus tard. Le trajet vers le point de départ de la randonnée se fait silencieusement, ce qui ne me dérange pas. Chacun se perd dans ses pensées.

Après avoir traversé Papeete, nous prenons l'avenue Georges-Clemenceau, bifurquons vers la droite et continuons quelques kilomètres sur la route de la Fautaua avant de nous arrêter sur un parking, non sans être passés devant une statue, que Jo me décrit comme « le buste de Pierre Loti », un écrivain qui a vécu ici (comme quoi, Brel et Gauguin ne sont pas les seuls artistes à être tombés amoureux de l'île). Là, nous laissons la voiture et empruntons un chemin qui monte légèrement, après être passés devant une sorte de portail et son gardien. Jo, après lui avoir fait un signe de tête, m'explique :

– Normalement, il faut payer et demander une autorisation à la mairie pour pouvoir emprunter ce chemin, mais je connais un peu tout le monde ici, donc ils me laissent passer sans m'ennuyer.

– Et où va-t-on exactement ?

– Tu verras. Je te promets que ça vaut le coup.

Effectivement, si la destination est aussi belle que le chemin qui y mène, ça promet d'être magique. Le parcours est bordé d'une flore luxuriante : des manguiers, des bananiers, des avocatiers et d'autres plantes exubérantes et bariolées forment un tableau d'exception. Après avoir marché un peu moins d'une heure et être passés devant un *marae* en ruine (un ancien lieu sacré), nous arrivons devant le pont Fachoda qui enjambe la rivière Fautaua et bifurquons vers la gauche pour monter encore plus haut. Je vois alors une immense cascade, la cascade Loti, qui d'après Jo fait environ cent trente mètres de haut ! Après avoir admiré cette merveille, nous continuons encore et arrivons devant tout un tas de vieilles pierres, le fort Fachoda (Jo m'explique que ce sont les ruines d'un ancien fort utilisé par le gouverneur de l'île en cas d'attaque). Après encore quelques dizaines de minutes, nous tombons sur une vue absolument paradisiaque. À nos pieds s'étendent des sortes de vasques naturelles qui recueillent l'eau pure de la montagne, reliées entre elles par des toboggans naturels en roche polie. Inutile de dire que je me déshabille à la vitesse de l'éclair pour me baigner ! Jo, de son côté, ignorant les moustiques assoiffés (le seul désagrément de ce lieu magique), se cale contre un rocher et ferme les yeux. Peut-être médite-t-il ?

Après avoir profité de ce lieu, nous montons encore pendant peut-être trente ou quarante minutes et nous arrêtons de nouveau pour admirer la superbe vue sur le Diadème, un des sommets tahitiens, appelé ainsi à cause de sa forme de… diadème. Nous décidons alors de manger un bout avant de redescendre. Jo entame les hostilités à ce moment précis :

– Alors, pour reprendre notre discussion, est-ce que tu as fait ce pour quoi tu es venue ici ?

Je réfléchis un moment avant de répondre, car c'est difficile pour moi de parler de tout cela à quelqu'un qui ne sait rien de ma situation.

– Oui. Enfin, non… Enfin, c'est compliqué.

Impressionnant. Toute cette réflexion pour sortir cette phrase qui ne veut rien dire. Jo doit penser que je suis idiote. Mais, alors que je suis en train de m'autoflageller, lui continue de me regarder avec bienveillance, en attendant patiemment que je m'explique. C'est étrange, parce que je ne le connais que très peu, mais sa réserve naturelle me donne envie de lui parler, car je sens qu'il écoute vraiment. Je finis donc par lâcher le morceau :

– En fait, je suis venue ici pour voir mon père. Je ne le connais pas. J'ai appris son identité il y a quelques semaines seulement. Hier, je suis allée le voir, mais ça ne s'est pas passé comme prévu. Je n'ai vu que sa fille avec son bébé. En fait, ça m'a fait réaliser… plein de choses.

Brusquement, ma gorge se bloque. Et contre toute attente, je me mets à sangloter comme je ne l'avais jamais fait. Une vraie fontaine. Je n'arrive plus à m'arrêter. C'est comme si toutes les émotions ressenties depuis que j'avais reçu cette lettre refaisaient surface : la surprise, le déni, la colère, la tristesse, l'angoisse, la rancœur… Tout me revient en pleine face.

Jo met sa main sur mon épaule, en silence. Je le remercie intérieurement de ne pas parler. Son silence m'aide, car c'est déjà très gênant pour moi de pleurer devant lui. Je finis d'ailleurs par m'éloigner un peu le temps de m'apaiser, car j'ai horreur de me donner en spectacle (même si je sais pertinemment que c'est au moins la deuxième fois que je le fais depuis hier). Puis, quand mes sanglots se calment et que mes larmes se tarissent, je reviens à côté de Jo et reprends, la voix encore entrecoupée de hoquets :

– Je… je suis désolée. Je ne pleure pas d'habitude. Mais ces derniers temps ont été très rudes. Ma mère… ma mère a la maladie d'Alzheimer, et son état empire rapidement. Mes copines ne vont pas très bien non plus, et elles ont besoin de soutien. Mon mec… ne comprend pas ce que je veux, et je crois bien que je ne lui laisse pas non plus la possibilité de le faire. Et les révélations sur mon père… Ça m'a bien secouée, alors que je pensais que cette partie de ma vie était sous contrôle. Mais désolée, je ne devrais pas pleurer comme ça. Je ne sais pas ce qui m'a pris…

– Je ne vois pas pourquoi tu t'excuses, me répond Jo avec bienveillance. Toute personne normalement constituée serait très déstabilisée si elle devait vivre tout ce que tu traverses. En plus, je suis prêt à parier que tu ne m'as pas dit le dixième de ce qui te préoccupe.

– C’est sûr…

Pendant l’heure qui suit, je lui raconte mes déboires depuis six mois jusqu’à la journée d’hier, tout en essayant de ne pas donner d’indices sur l’identité de mon père, car je suis sûre qu’il le connaît… Tahiti, ce n’est pas grand ! Jo m’écoute avec intérêt et en silence, en me posant juste une question ici et là.

– Donc, résume-t-il, si j’ai bien compris, tu pensais que ton père était un certain Paul Bergson, mort il y a un moment, alors qu’en fait, ta mère t’a menti et ton vrai père vit ici. Sa femme t’a contactée il y a quelques semaines parce qu’il est mourant, c’est ça ? Et quand tu y es allée hier avec Carole et Liz, il n’était pas là, mais tu as parlé à sa fille.

– C’est ça, dis-je en soupirant. Mais ce que je ne comprends pas, c’est tous les sentiments que ça provoque. Je veux dire… je sais bien que c’est un truc assez fou qui m’arrive mais… si tu veux, je croyais que j’avais bien digéré, finalement, le fait de ne pas avoir de père. Je faisais ma petite vie, tranquille. Je n’avais pas du tout l’impression d’avoir besoin d’une présence paternelle. Et là, confrontée à ma… demi-sœur… j’ai eu l’impression que tout ça me revenait comme un boomerang, tu vois ?

– Je vois.

– Du coup, je me sens vulnérable, fragile… Et ça m’énerve ! Parce que je n’ai jamais été comme ça ! J’ai toujours été la grande gueule, celle qui se bat, celle qui n’a pas peur, celle qui est indépendante. Je n’ai pas vraiment l’habitude de me sentir comme ça…

– Tu as l’impression de ne plus vraiment contrôler tes pensées ou tes sentiments ? Que c’est l’explosion là-dedans ?

– C’est ça, exactement ! Du coup, c’est difficile de faire la part des choses dans cet état…

– Mais tu penses vraiment que tu contrôlais tous tes sentiments avant ?

Je réfléchis un peu.

– Disons que la question ne s’est jamais posée ainsi. J’allais bien. Point barre. Et puis, je n’ai jamais été du genre à me plaindre et à geindre. Je déteste les gens comme ça. Pour moi, pleurer, c’est comme… comme être faible, tu vois ? Personne ne veut être faible.

J’ai l’impression, en les disant à voix haute, que ces mots sonnent un peu

creux. Comme si c'étaient des mots que je répétais sans les comprendre, comme s'ils venaient de quelqu'un d'autre.

– Tu n'aimes pas non plus montrer tes sentiments, n'est-ce pas ?

– Non, c'est vrai. J'aime bien… garder une certaine distance. Notamment avec les hommes. Mon mec me le reproche tout le temps… Enfin non, il ne me le reproche pas, mais… je crois que ça l'angoisse. Mais je n'arrive pas à faire autrement, c'est plus fort que moi.

Jo garde le silence. Il semble réfléchir lui aussi. J'imagine que je dois sembler à fleur de peau après ma crise de larmes, alors il ne veut peut-être pas me brusquer. Du coup, je lui force un peu la main.

– Pourquoi tu me poses ces questions ? Qu'est-ce que tu en penses ?

Jo prend encore un long moment avant de me répondre :

– Tu sais, pour moi, il est illusoire de penser qu'on peut contrôler ses émotions, ses sentiments ou encore ses pensées négatives. Quand on commence à vouloir le faire, c'est là qu'on met le doigt dans l'engrenage.

– Comment ça ?

– Eh bien… Bon, tu me stoppes si tu n'es pas d'accord, OK ? Je ne veux pas te froisser…

– OK. Vas-y, je ne suis pas en sucre, dis-je, en essayant de croire ce que je dis.

– D'accord. Hummm… Disons qu'aujourd'hui, tu ne comprends pas tes réactions, car jusqu'à maintenant, tu avais l'impression que tout allait bien, que tout était sous contrôle. Tu avais en quelque sorte l'illusion qu'il est possible de contrôler ses sentiments. Cette illusion était liée au fait que tu ne te mettais pas vraiment en danger non plus, je te dirai après comment. Mais tout ce que tu as fait jusqu'ici, si j'ai bien compris, c'est non pas contrôler, mais plutôt tenter d'ignorer tout ce qui pouvait avoir un rapport avec ton père : ton sentiment d'impuissance, d'abandon, ta colère, ta tristesse… qui sont pourtant des sentiments très normaux vu ta situation ! Ta mère avait certainement adopté cette attitude, sur laquelle tu t'es calquée : tu dis toi-même que tu n'en parles jamais et que tu n'aimes pas non plus qu'on aborde le sujet. Donc, si je peux me permettre, je pense que tu as tort sur un point : si tu n'en parles pas, ce n'est pas parce que tu t'en fiches, mais plutôt parce que tu as peur de ne plus te contrôler si jamais tu dois l'évoquer.

– Mais… si éviter le sujet c’est « mal », et que d’un autre côté, y penser fait remonter trop de choses négatives… alors je fais quoi ?

– Le problème, c’est que les « choses négatives », comme tu dis, SONT inévitables, tout comme le sont la douleur, la tristesse, la colère ou la peur. Plus tu essaies de les ignorer, plus tu te coupes de tes émotions et plus tu vas mal. La seule chose à faire est d’accepter ces choses, d’accepter ce que tu vis et ce que tu ressens, au lieu d’essayer de tout museler. Car ressentir et exprimer des émotions négatives n’est pas une faiblesse, comme tu sembles le penser ! C’est tout à fait normal, et même universel ! Quand tu auras compris cela, tu sauras lâcher prise. Sinon, tu vas te retrouver à répéter encore et toujours la même chose, parce qu’inconsciemment, tu sais que tu dois régler ce problème.

– Comment ça ?

– Eh bien… Tu me dis que tu es plutôt distante avec les hommes qui pourraient devenir proches… que c’est plus fort que toi. Tu ne vois pas le lien avec ton père ? Comme tu as dû refouler tous tes ressentis le concernant depuis toute petite, car on ne t’a jamais vraiment permis de les extérioriser, tu as aujourd’hui du mal à t’attacher aux autres hommes. Parce que tu as peur de souffrir, comme tu as peur de souffrir si tu revois ton père. Pour te le dire autrement, tu as mis en place une sorte de stratégie d’évitement des sentiments négatifs, concernant ton père surtout. Cette stratégie consiste à rester éloignée de tout ce qui peut évoquer ton paternel, ce qui est bien le contraire de l’acceptation. Mais cette stratégie, éviter les risques, ne guérit rien. Au contraire ! À long terme, de façon insidieuse, elle creuse les blessures tout en favorisant le déni… Cependant, c’est vrai qu’à court terme, elle « marche », car elle évite de se mettre en danger et donc de souffrir. Raison pour laquelle tu as fini par généraliser cette stratégie à toutes tes relations amoureuses avec les hommes… en faisant en sorte qu’ils ne t’approchent pas de trop près.

– Tu crois ?

Je suis encore dubitative, même si je sens bien qu’il a touché juste. Il faut dire que moi qui pensais que mon problème concernait seulement mon paternel, je m’entends dire maintenant qu’il s’étend aussi à d’autres domaines de ma vie. Mais l’explication de Jo est difficilement réfutable.

– Désolé, je ne voulais pas noircir le tableau, ni donner l’impression de te juger. Mais disons que je connais bien ce problème. Tant que tu fuis, ça te poursuit. Plus tu fuis, plus tu es sensible et angoissée. Plus tu es sensible, plus tu

fuis. C’est une mécanique de précision…

– Ce que je ne comprends pas, c’est que je n’ai pas l’impression d’avoir peur ! Avec les hommes en général, j’entends.

– Oui. Disons que ton armure est impressionnante. Cette armure, ce sont toutes les croyances que ton esprit a créées pour t’aider à mieux vivre ta situation. Elle t’a empêchée de ressentir de la peur, en la remplaçant par de l’indifférence par exemple : c’est effectivement plus « valorisant » de penser que tu te fiches de ce type que de savoir que tu as peur de t’attacher à lui…

– Mouais, vu comme ça…, dis-je en faisant la moue.

– Mais même les croyances les plus ancrées peuvent être balayées par l’intensité d’une expérience. Et ce que tu vis actuellement te fait comprendre de manière musclée que tu ne te fous pas tant que ça de ton père… Je crois que c’est ça qui te perturbe parce que tu te rends compte que tu as en fait pas mal de choses à régler. Soyons honnête, si tu te fichais vraiment de ton père, tu ne serais pas venue jusqu’ici, et surtout pas par tes propres moyens vu le prix du billet ! Disons que ton armure se fendille et laisse passer des sentiments et des pensées que tu n’avais jamais eus auparavant… Comme ils ont « mariné » bien longtemps, ils sont aussi plus intenses. Un peu comme si tu avais été anesthésiée jusqu’à maintenant et que tu te réveillais.

Effectivement, je suis bien réveillée, et tout ce que me dit Jo passe douloureusement par une oreille pour s’ancrer bien profondément dans mon cerveau. Ça doit être ça, la vérité qui blesse. Et elle sort de la bouche d’un beau bébé de soixante ans et cent kilos.

– Mais que puis-je faire ? Je ne peux pas me reconstruire une autre armure ? Plus… perfectionnée ?

Bon d’accord, je sais que ce n’est pas la solution, mais je peux tenter quand même, non ?

– Disons qu’il faut accepter une certaine vulnérabilité… car si tu essaies maintenant de reconstruire une autre armure… pff… je te raconte pas les dégâts ! C’est simple : si tu n’acceptes pas ces émotions qui déferlent, elles finiront par te détruire, comme un tsunami. Elles deviendront de plus en plus fortes, de plus en plus envahissantes, angoissantes… Elles s’ancreront au plus profond de toi… Cela te coûtera de plus en plus d’énergie pour lutter contre elles… Et je ne te cache pas que tu seras très malheureuse… C’est pour cela que

lutter est inutile. La seule voie possible, c’est l’acceptation.

17

– Attends, mon *vini* sonne, s’interrompt soudain Jo.

Il a du réseau ici ?

Quelques secondes plus tard, il raccroche et me dit d’un air déterminé, et peut-être un peu anxieux :

– Je suis désolé, mais on doit y aller, Denis a besoin de moi. Norma est à l’hôpital.

Sur le chemin du retour, j’ai mille questions, sur lui, sur moi, sur ce que je dois faire exactement… auxquelles viennent s’ajouter mille inquiétudes par rapport à Norma ! J’aimerais aborder le sujet avec Jo, mais il marche au pas de course pour récupérer la voiture et le suivre à ce rythme-là n’est pas une sinécure. En outre, comme le chemin est glissant à cause de l’humidité ambiante, il me conseille de me concentrer sur le parcours. Je me contente donc de réfléchir intensément à ce qu’il vient de me dire… tout en essayant de le suivre et de garder l’équilibre !

À ce rythme-là, nous descendons le chemin forestier à la vitesse grand V, et une fois à la voiture, Jo démarre dans un crissement de pneus et m’informe de ce qui se passe. Nous arrivons rapidement au gîte. Denis nous y attend, l’air très préoccupé. Jo fonce vers lui, le prend dans ses bras, et lui demande ce qui s’est passé pour Norma, leur employée :

– Elle était chez elle. Elle est tombée et je crois qu’elle s’est cassé la jambe ou quelque chose comme ça… Bref, ils l’ont amenée à l’hôpital de Papeete. C’est son fils qui m’a appelé.

– OK. Tu veux y aller ? répond Jo.

– Oui, j’aimerais bien. Tu sais qu’elle ne voit pas grand monde. Je ne voudrais pas qu’elle soit seule, et son fils ne peut pas rester très longtemps à l’hôpital apparemment. Son patron est un con et il a peur de perdre son boulot si

jamais il s’absente trop longtemps.

– Vous avez besoin d’aide ? demandé-je à tout hasard.

– Non, merci, dit Jo. Denis va aller à l’hôpital et je vais m’occuper de ce qu’il y a à faire pendant ce temps-là. Désolé d’avoir écourté notre promenade !

– Pff, tu parles ! C’est normal ! dis-je, même si je suis un peu frustrée car je commençais à entrevoir quelque chose. Je vais essayer de retrouver les filles. À tout à l’heure alors. N’hésitez pas si vous avez besoin d’aide.

Une fois Denis parti pour rejoindre la pauvre Norma, je me mets à la recherche de Carole et Liz. Je me dirige vers la chambre de Liz, toque, mais aucune réponse. Décidément… Je me dirige ensuite vers celle de Carole et, au moment de frapper, j’entends de gros sanglots. Ni une, ni deux, j’ouvre la porte avec détermination et vois Carole seule, sur son lit, qui pleure à chaudes larmes, la tête enfouie dans un oreiller.

– Carole ? Mais qu’est-ce qui se passe ? Qu’est-ce que tu as ?

Incapable de me répondre, Carole me tend juste son téléphone portable.

[J’ai vu ce que tu as fait
sur les comptes,
espèce de sale garce.
Tu vas me le payer.
Je demande le divorce et tu vas
te retrouver sur la paille.
Si tu crois que tu vas
t’en tirer comme ça,
tu te trompes !]

D’accord. Je comprends mieux la réaction de Carole… Il y a deux ou trois autres SMS du même acabit : manifestement, ça y est, Richard a tout découvert… J’essaie de parler à mon amie, mais devant l’absence de réponse, je finis par la prendre dans mes bras et la bercer, comme avec ma mère. Ça semble fonctionner. Petit à petit, elle finit par se calmer, les hoquets s’espacent, et elle se confie d’une voix très fragile :

– Je savais que ça finirait par arriver…

– Effectivement, il ne fallait pas s’attendre à ce que la disparition de sept

mille euros passe inaperçue très longtemps… Et sa réaction ne m'étonne pas trop, malheureusement ; ce n'est pas comme s'il t'aimait comme un fou…

En entendant ces mots, Carole se remet à pleurer de plus belle.

Mais qu'est-ce qui m'a pris de dire ça ?

En matière d'apaisement, je ne suis pas au point, c'est le moins qu'on puisse dire.

– Pardon, excuse-moi, je suis b…

– NON ! Tu n'es pas bête ! C'est moi qui le suis ! Je l'ai été pendant des années ! C'est vrai ! Il ne m'a jamais aimée ! Et moi qui me pliais en quatre pour lui plaire ! J'ai toujours tout accepté de lui ! Mais quelle conne ! J'ai gâché ma vie !

– Mais non… Tu es seulement un peu trop… gentille, je pense. Et il en a profité. Tu pensais bien faire… Tu lui faisais confiance.

– De toute façon, c'est fini. Je vais me retrouver à la rue. Je ne gagne pas assez pour vivre toute seule. Les illustrations, c'est bien joli, mais ce n'est pas suffisant… En plus, ta mère ne peut plus me pistonner sur ses livres pour enfants. Et Richard peut se payer une armée d'avocats…

– D'accord, mais n'oublie pas qu'il est en tort aussi. Tu as vu les e-mails qu'il envoyait à sa maîtresse…

– Oui, mais je n'ai pas de preuve…

Une idée germe alors dans mon esprit.

– Tu aurais accès à ses e-mails d'ici ?

– Je ne sais pas… Pourquoi ?

– C'était sur sa messagerie privée, non ? Tu pourrais essayer de faire une copie… Ça pourrait lui mettre la pression…

– C'est sur Gmail oui. Mais je suis sûre qu'il les a effacés…

– Peut-être, mais ça vaut le coup d'essayer, après tout tu connais son mot de passe ! Et souviens-toi que tu es partie sans laisser de mot… Il sait que tu n'es plus là, et peut-être même pourquoi tu n'es plus là, mais pourquoi saurait-il que tu l'as appris en ouvrant ses e-mails ? En plus, il est tellement sûr de lui qu'il n'a peut-être pas encore tout nettoyé…

Carole se redresse un peu, pour la première fois depuis le début de notre discussion. Le problème, c'est qu'on n'a pas pris d'ordinateur. Il faut demander celui de Liz, ou voir si Denis peut nous prêter le sien. Mais Denis est parti à l'hôpital.

– Tu sais où est Liz ? demandé-je alors à Carole.

– Non, pas vraiment. Elle a dormi tard et elle n'a pas déjeuné… Moi de mon côté, je suis restée un peu seule. J'avoue que je me sentais terriblement mal après cette nuit…

Carole rougit…

– J'ai couché avec Esteban…

Elle s'attend certainement à ce que je lui dise quelque chose, mais je m'abstiens… Carole reprend :

– Alors du coup, en rentrant ce midi, je me suis enfermée ici. Je ne voulais voir personne tellement je me sentais coupable, et surtout pas Esteban. Il a essayé de venir me voir avant de partir avec Isa pour les Marquises, mais je n'ai pas répondu. Ils avaient prévu d'y aller ensemble depuis un moment.

– Ah bon ? Tous les deux ?

– Oui. Avant qu'on arrive. J'étais triste, perdue. Du coup, j'ai craqué et allumé mon portable… Et voilà. J'aurais dû vous écouter et ne pas l'allumer avant notre retour.

– Ce qui est fait est fait, ça ne sert à rien de te flageller… ni pour Esteban, ni pour les messages…

Je me sens moi aussi coupable. Si je n'avais pas été méchante hier, Carole n'aurait peut-être pas choisi de se consoler dans les bras du bel Ibère. Je reprends donc :

– Tu sais, je suis désolée pour hier. J'ai été injuste envers vous deux. Vous êtes toujours là pour moi, et je vous ai vraiment mal traitées…

– Oh, ce n'est pas grave ! C'est vrai que sur le coup, on l'a mal pris avec Liz, mais on a discuté ensemble dans la soirée, et on s'est mises d'accord… pour ne pas t'en vouloir. Tu traverses des trucs vraiment pas drôles ces derniers temps, et c'est normal que la colère finisse par éclater… Moi, je serais effondrée à ta

place !

– C’est marrant, Jo m’a dit la même chose tout à l’heure ! Nous sommes partis faire une excursion… Et on a pas mal parlé. Il est vraiment… surprenant comme homme !

– Ah bon ? Qu’est-ce qu’il t’a dit ? Et où êtes-vous allés ?

– Je vous y emmènerai, je me souviens bien du chemin et l’excursion est assez facile. Il y a des cascades, des endroits magnifiques pour se baigner et des points de vue incroyables !

– D’accord… Ça a l’air chouette. Et qu’est-ce qu’il t’a dit ?

– Je te dirai ça plus tard, il y a plus urgent. Avant tout, il faut régler ce problème d'e-mails. Je vais chercher Liz et on va regarder ça, OK ? Tu devrais te reposer un peu en attendant… Tu n’as pas dû bien dormir, tu as une mine atroce ! la taquiné-je en souriant pour dédramatiser.

Carole me répond une fois de plus en rougissant, mais de manière plus mutine que tout à l’heure. Esteban a dû faire des prouesses pour que Carole rougisse ainsi… Il faudra faire un debrief plus poussé pour qu’elle me raconte tout ce qui s’est passé hier soir !

Après lui avoir fait un gros câlin et m’être encore une fois excusée, je finis par la laisser se reposer et pars à la recherche de Liz. Je la cherche un peu partout au gîte, mais il est évident qu’elle n’est pas là. La voiture que l’on a louée est toujours garée devant la maison, elle ne doit pas être loin. Je me dirige donc vers la plage. Sur le chemin, je réfléchis à ce que m’a dit Jo et j’essaie de le transposer à la situation de Carole. Peut-être que pour elle, son armure, c’est d’être (trop) gentille avec les autres, de toujours tout arranger. Comme ça, sa gentillesse la protège de sa peur de vivre seule, de sa peur du rejet et des conflits, et cette posture lui donne l’illusion qu’elle est aimée.

Peut-être est-ce dû à son manque de confiance en elle et au sentiment qu’elle a toujours eu d’être comme transparente, notamment pour ses parents. Entre son frère malade, qui nécessitait des soins constants, et sa sœur spectaculaire qui ne lui a jamais laissé aucune chance de lui voler la vedette, ses parents n’ont jamais vraiment pris le temps de s’occuper d’elle. Mais Carole est quelqu’un de tellement bien et doux qu’elle a pris la seule solution qui s’offrait à elle pour « exister » aux yeux des autres… Du coup, j’imagine que pour être « aimée », Carole a toujours eu l’impression de devoir en faire plus que les autres, qui « accaparaient » toute l’attention… Vu comme ça, ça paraît tellement évident

que je me demande bien comment on ne l’a pas vu avant…

Enfin, je me trompe ! Quelqu’un l’a vu, et ce quelqu’un en a profité ! Salopard de Richard. C’est lui qui va nous le payer !

18

J’arrive sur la plage en continuant à invectiver Richard dans ma tête et je vois avec soulagement que Liz est là, les pieds dans le lagon.

– Salut ! On a besoin de toi ! Carole a reçu des messages incendiaires de Richard ! Il demande le divorce, et lui dit en prime qu’il va la mettre sur la paille.

– Quoi ? s’exclame Liz. Il plaisante, j’espère ? Après tout ce qu’il a fait à Carole !

– C’est pour ça ! On veut regarder sur sa messagerie pour voir s’il a effacé tous les messages avec sa poule russe, et les copier si jamais il ne l’a pas encore fait. Ça peut-être une preuve qu’il n’est pas tout blanc ! Mais on a besoin de ton ordi ! Nous on ne l’a pas pris, et Denis a dû s’absenter pour aller à l’hôpital !

– Quoi ? Mais pourquoi ?

– C’est Norma qui s’est blessée apparemment. Rien de trop grave je pense. En tout cas, je n’en sais pas plus.

– Et Carole ? Elle va comment ?

– Je viens de la laisser. Je lui ai dit de se reposer, elle avait une tête à faire peur… Apparemment, elle n’a pas bien dormi cette nuit…

Liz comprend que je sais tout.

– Donc tu sais qu’elle n’a pas dormi seule ?

– Eh oui. Et je sais que tu étais bourrée hier soir aussi. Vu la voix de Richard Bohringer que tu avais ce matin quand j’ai toqué, tu as dû aussi fumer trois paquets de clopes, non ?

Liz hausse les épaules. Je reprends.

– Écoute, Liz, je suis navrée pour ce qui s’est passé hier, OK ? Je sais que j’ai déconné et que je n’aurais p…

– Laisse tomber, ce n’est pas grave. Et puis nous aussi on est fautives. On n’aurait pas dû le prendre mal et partir voir ce concert sans toi.

– Si, si, vous avez bien…

– Non. Tu étais en colère… et c'était prévisible. Il faudrait être malade pour ne rien ressentir à ta place ! On t'a laissée seule, tu as dû déprimer… C'est nous qui nous excusons.

– Bon, OK. On est quitte. On ne va pas passer le reste de la journée à s'excuser, si ? dis-je en souriant, sur un ton faussement bourru.

– Certainement pas ! me répond Liz sur le même ton. On est donc quitte. Maintenant, allons voir la messagerie de cet enfoiré de Richard.

Nous repartons vers le gîte au pas de course. Une fois que nous sommes arrivées, Liz court récupérer son ordinateur portable et, de mon côté, je vais voir Carole. Je colle mon oreille à la porte et n'entends aucun bruit dans sa chambre. Au lieu de toquer, j'ouvre délicatement. Dans la pénombre, je vois qu'elle a fini par s'endormir : elle devait vraiment être épuisée pour s'assoupir ainsi, alors qu'il y a le feu au lac. À moins que ce ne soit le cerveau qui se mette hors ligne afin de ne pas trop mouliner, un peu comme dans certains cas de dépression, quand les gens dorment tout le temps ?

Je referme donc et vais rejoindre Liz dans sa chambre.

– Carole dort et ça m'ennuie de la réveiller. Je crois qu'elle en a vraiment besoin. On pourrait essayer de faire ça toutes seules, non ? Tu connais l'adresse Gmail de Richard ?

– Je ne me rappelle plus. Attends, je regarde dans mes e-mails pour voir si je ne l'ai pas dans mes contacts.

Le temps que Liz allume l'ordinateur, j'ai trois fois le temps de bouillir. J'espère vraiment qu'on va arriver à récupérer tous ces e-mails. Enfin, Liz accède à ses contacts et crie « *YES* ! » en voyant l'adresse Gmail de Richard. Ça devrait être son identifiant. Sachant que son mot de passe est censé être sa date de naissance et que nous la connaissons (contrairement à lui qui ne doit avoir aucune idée de nos dates d'anniversaire…), nous essayons de nous connecter :

Identifiant : drrichardzeller-cardiobordeaux@gmail.com

Mot de passe : 15051978

Anxieuse, Liz appuie sur « entrée ».

Zut ! Mot de passe invalide !

Après un premier instant de panique, je dis à Liz :

– Peut-être que sa date de naissance n'est pas notée comme ça. C'est peut-être « 150578 », ou encore « quinzemai1978 » !

– C'est vrai, mais je ne sais pas si on a énormément d'essais. Ce que je sais, c'est que Gmail peut trouver ça louche, cette connexion à seize mille kilomètres de distance avec plein de mots de passe faux, et peut prévenir Richard s'il essaie lui aussi de se connecter.

– Eh bien tant pis. On va faire quelques tentatives, et si on n'y arrive pas après trois essais, on réveillera Carole. Mais franchement, si elle remet le nez là-dedans, j'ai peur qu'elle s'effondre encore…

– OK, ça marche, me répond Liz après un instant de réflexion.

Nous essayons donc d'autres mots de passe, avec le sentiment excitant d'être des espionnes nous apprêtant à désarmer une ogive nucléaire. Et au troisième essai (15mai1978)… BINGO ! Nous accédons à ses messages.

En voyant la boîte de réception s'ouvrir, je suis partagée entre la jubilation, l'angoisse et la culpabilité. Si Richard savait ce que l'on fait, il nous tuerait. En plus, c'est certainement illégal. Mais tant pis.

Nous cherchons directement l'onglet « personnel et confidentiel », et je ne peux m'empêcher d'avoir un shoot d'adrénaline quand je vois qu'il existe toujours. Liz clique dessus. Nous contemplons alors, ébahies, la félonie (et la bêtise) de Richard. Il n'a rien effacé, cet idiot, tellement il est sûr de lui, de son intelligence et de sa supériorité. Il croit toujours que Carole est une petite chose sans défense, malgré ce qu'elle a fait, ce qui aurait quand même dû lui mettre la puce à l'oreille. Sans compter qu'elle n'est pas seule : Liz et moi sommes bien décidées à prendre le relais si jamais Carole faiblit. Et ça commence bien : tous les messages avec sa Macha sont là, bien classés par date. Les plus anciens remontent effectivement à plus de trois ans, comme le disait Carole.

Liz se dépêche de tous les sauvegarder, en les ouvrant et en faisant des captures d'écran, pour ne pas modifier quoi que ce soit dans la boîte, et je manque m'étouffer de rage quand je lis que Richard a promis il y a tout juste deux mois, sur l'insistance de sa maîtresse, de divorcer de Carole… puis de se

remarier avec elle et de lui faire des enfants ! J'hallucine ! Est-ce que ce sont des paroles en l'air ? Ce serait presque pire.

Liz, de son côté, fulmine aussi. Enfin… au bout de quelques minutes, on a amassé suffisamment de preuves pour faire trembler ce mufle. Mission accomplie ! Soulagées, nous soufflons un bon coup et enregistrons consciencieusement toutes ces captures d'écran. Puis, d'un commun accord, nous décidons de boire un café pour digérer tout ça. Jo n'étant pas dans le coin, nous nous servons directement : il y a toujours du café chaud disponible dans la cafetière.

Nous buvons en silence. Je me sens atterrée par ce que je viens de lire, et énervée. Pauvre Carole. Quand elle a lu tout cela, elle a vraiment dû être dévastée. Moi-même, j'étais très gênée de lire ces messages intimes. Je ne sais pas si Richard est amoureux de cette femme, j'imagine que oui, depuis le temps, mais ce qui est sûr, c'est qu'elle est amoureuse, elle. Si jamais tout ça se décante et qu'ils doivent rester ensemble, j'espère juste qu'elle ne se fera pas avoir comme Carole… et qu'elle le fera bien souffrir ! Il n'avait qu'à être honnête. Au lieu de tromper Carole, il aurait pu rompre proprement et la laisser refaire sa vie avec quelqu'un qui l'aurait suivie et soutenue dans son désir d'enfant. Ou qui, au minimum, l'aurait aimée et traitée à sa juste valeur…

Liz, de son côté, reste aussi pensive. Je sers une deuxième tournée de café qui finit par lui délier la langue :

– La pauvre Carole. Je crois que c'est elle qui est la plus à plaindre ! À côté, nous, c'est de la gnognotte, ce qui nous arrive…

– Ben parle pour toi ! Moi j'ai une mère malade et un père mourant… Sans compter évidemment que ma mère m'a menti sur mon père toute ma vie !

– Ouais, OK, c'est peut-être toi qui as la vie la plus pourrie…, concède Liz avec un sourire. Même si je ne sais rien sur la rencontre avec ton père vu que tu ne nous as pas vraiment dit ce qui s'est passé hier… Quant à moi, j'arrête de me plaindre, promis…

– T'inquiète pas, ta vie est un peu pourrie aussi… Tu gagnes beaucoup d'argent, tu vis dans un hôtel particulier dans le Triangle d'or bordelais, ton mari t'aime, tu as deux enfants magnifiques…, la taquiné-je.

– C'est vrai… Je ne sais pas ce qui cloche chez moi. J'ai tout pour être heureuse, mais je ne le suis pas…

Je réfléchis un peu. L'ironie est facile, mais la vérité, elle, est plus difficile à trouver et à entendre…

– Peut-être que ce n'est pas la vie que tu voulais ? Il ne suffit pas d'avoir tout ça pour être heureuse, apparemment…

– C'est peut-être ça…

Liz se tait deux minutes. Je ne dis rien non plus, car je sens qu'elle a réfléchi à la question et qu'elle cherche à le dire de la meilleure façon. Elle reprend bientôt :

– Tu sais, ici, je suis vraiment heureuse, un peu comme si… j'étais enfin libre. Ça ne veut pas dire que je n'aime pas mes enfants ou mon mari, ou même mon travail, mais… je m'aperçois que je me suis peut-être un peu trop oubliée ces dernières années, un peu comme Carole, mais d'une autre manière. J'ai laissé tomber la musique, par exemple… Le pire, c'est que je ne l'ai pas abandonnée pour pouvoir passer plus de temps avec mes enfants, mais pour pouvoir travailler plus !

– Tu es trop dure envers toi, ma belle. Tu es une très bonne mère.

– Je ne sais pas. On verra ça dans vingt ans. En tout cas, ici, je suis détendue. Mais je sais qu'au retour, le stress va me reprendre… Les clients, mes parents, les enfants, les responsabilités…

– Je peux être honnête avec toi ?

– Mouais…

– Je crois que ta mère a un peu trop d'emprise sur toi, sincèrement. Elle ne veut que le meilleur pour toi, j'en ai bien conscience, mais elle te met la pression depuis toujours ! Elle est super exigeante envers elle-même, c'est sûr, mais bon sang, avec toi, c'est Staline ! Au lycée, je me rappelle, elle était déjà comme ça ! Quand tu ne ramenais pas un vingt sur vingt, et que tu avais dix-neuf, elle te disait déjà : « Tu aurais pu mieux faire, jeune fille… » Pour moi, elle ne t'a jamais laissé le droit à l'erreur… Alors que franchement, n'importe quel parent aurait été super fier de toi ! Du coup, encore maintenant, tu es trop dure envers toi-même. Ça te stresse à mort, et de toute façon tu n'es pas infaillible…

– Oui, mais les erreurs coûtent cher dans ce métier, tu sais…

– Oui, mais tu n'es pas médecin urgentiste que je sache, non ? Personne ne meurt si tu te trompes dans tes TVA ou tes bilans ou tes autres trucs, là… Et puis tu ne peux pas garder le contrôle sur tout et ne jamais faire d'erreurs… surtout dans l'état de stress dans lequel tu vis. Je ne pense pas que ta mère n'ait

JAMAIS fait d'erreurs… La preuve, tu as vu ce qu'elle te demandait de faire pour le client qui voulait que tu fermes les yeux ?

– C'est vrai, tu as raison… Le pire, c'est que j'ai l'impression d'être la même mère avec mes enfants… Je leur mets une pression de dingue pour les cours…

– Personne n'est parfait hein… Le tout, c'est que tu t'en rendes compte ! Et puis, tu as beau dire, mais tu es loin d'être comme ta mère… et tes enfants ne sont pas toi non plus ! Ils ne m'ont pas l'air traumatisés, va…, dis-je en clignant de l'œil.

Liz sourit, en pensant à ses enfants j'imagine. Je suis soulagée qu'elle n'ait pas mal pris mes critiques sur sa mère, surtout que c'est la première fois que j'ose dire du mal de la reine mère…

– Ça, c'est sûr qu'ils n'ont pas été faits dans le même moule ! En fait, je crois que tu as raison… Je suis trop laxiste avec eux ! s'exclame Liz en rigolant. Je vais les mettre au pas à mon retour…

Sur ces mots, nous voyons arriver Carole en panique, la marque de l'oreiller sur la joue…

– Mon Dieu, vous êtes là ! Et dire que je me suis endormie comme une idiote ! Pourquoi vous n'êtes pas venues me réveiller ? Oh là là, c'est fichu, c'est sûr…

Carole est prête à fondre de nouveau en larmes. Je la prends donc par le bras, l'assieds presque de force dans un fauteuil, et lui dis :

– C'est bon. On a tout trouvé et tout copié.

– Que… Quoi ? Mais… Comment…

– On a plus d'un tour dans notre sac… Liz avait l'adresse Gmail de Richard, et tu nous avais dit que son mot de passe était sa date de naissance… Comme il est vraiment bête… il n'a même pas pensé à changer ni effacer quoi que ce soit !

– Merci mon Dieu ! s'exclame Carole.

Mais après deux secondes de soulagement, elle reprend, mortifiée :

– Et donc… Vous avez tout lu ?

– Euh… On a lu le strict nécessaire. Et ça nous a suffi. Ne t'inquiète pas, ce

n’est pas toi qu’on juge… C’est lui, l’enfoiré. Toi, tu es la victime.

– Vous avez vu l'e-mail où Richard promet de demander le divorce et de lui faire des enfants alors…

– Oui. J’ai failli vomir.

– Moi aussi. Et ne t’inquiète pas pour la suite, ajoute Liz. Je connais plein d’avocats qui seront ravis de te défendre si jamais tu dois aller au tribunal. Richard va payer tous les mensonges qu’il a proférés depuis toutes ces années. C’est juste qu’il ne le sait pas encore !

19

Nous passons le reste de l'après-midi à échafauder des plans machiavéliques et totalement irréalistes pour contrer Richard, notamment pour remonter le moral de Carole, qui, on le comprend, est au plus bas (encore heureux qu'elle n'ait pas relu les e-mails de Richard…). Avoir craqué pour Esteban n'arrange pas son état d'esprit… De temps en temps, elle soupire et répète : « Je vais finir toute seule, sans enfant, sans personne », comme un mantra… Elle paraît inconsolable. Je sais qu'elle ne va pas bien, mais j'avoue que la voir comme ça, aussi mal alors qu'elle devrait oublier ce salopard de Richard, ça m'agace presque. Il ne mérite pas que l'on soit triste à cause de lui.

Vers dix-huit heures, alors que nous ne savons plus trop quoi faire pour lui arracher un sourire, nous voyons Denis revenir de l'hôpital.

– Salut Denis, alors comment va Norma ? demandé-je.

Denis semble assez serein, ce qui me rassure.

– Ce n'est pas grand-chose, me répond-il. Norma n'a finalement pas la jambe cassée, mais elle a une entorse du genou carabinée. Elle est absente pour au moins deux, trois semaines, voire plus… Mais elle va se remettre. Elle a surtout eu peur. Merci en tout cas.
– Je t'en prie. Tu veux boire un café ?
– Non, je crois que je vais prendre une bière ! Je vous en offre une ?
– Volontiers ! On attendait une heure décente pour en ouvrir une !

Nous nous installons en terrasse, et Jo vient aussi nous y rejoindre. Après l'avoir informé de l'état de santé de Norma, Denis nous sert une Hinano bien fraîche. Jo, lui, se contente d'une eau gazeuse.

– Bon, et vous les filles ? nous demande Denis après avoir bu quelques gorgées. Comment allez-vous ?

Un silence embarrassé lui répond. Nous pourrions faire comme si tout allait bien, mais à quoi bon ? Une fois l'ange passé et repassé, Carole finit par l'éloigner en déclarant soudain, comme si elle arrachait un pansement :

– Oh, ben moi, mon couple est en train d'exploser, parce que mon mari me trompe depuis au moins trois ans, et que moi aussi j'ai brisé mon serment de fidélité hier soir.

– Et moi, enchaîne Liz, je suis en train de me rendre compte que ma vie actuelle ne me correspond pas et que je suis au bord du burn out.

– Et moi, terminé-je, je suis ici pour rencontrer mon géniteur, que je ne connais pas et dont j'ai appris l'existence il y a à peine deux mois. Et comme ma mère a la maladie d'Alzheimer, je ne peux même pas lui demander d'explications sur ce qui s'est passé il y a trente-six ans.

Denis a arrêté de boire et nous regarde, ébahi, avec ses grands yeux déjà naturellement écarquillés. Fallait pas poser la question ! Jo, lui, nous observe tranquillement, comme d'habitude. Il était déjà au courant de ma situation, lui.

– OOOOOOOOOOOOK…

Denis semble un peu désemparé devant tant de franchise. Je me tourne vers Jo.

– Tu sais, Jo, quand tu me disais ce matin qu'il fallait que j'accepte mes émotions et tout ça, ce serait bien que tu développes un peu… Je pense que ça peut toutes nous aider… Enfin, si tu n'y vois pas d'inconvénient…

Jo semble réfléchir avant de me répondre.

– Bien. Si vous devez me répondre franchement, sur quoi diriez-vous que vous devez lâcher prise ?

Liz est, cette fois-ci, la première à répondre :

– Sur pas mal de choses, mais sur mon côté maniaque du contrôle en premier, je pense. J'ai toujours eu la sensation de ne pas avoir droit à l'erreur, et du coup, je suis dans l'hyper-contrôle sur tout : je bosse comme une folle. Le problème, c'est que plus ça va, et plus je vois les limites de ce fonctionnement : je suis épuisée, angoissée… chiante aussi. J'ai l'impression de ne plus rien gérer. Et de

m’être complètement oubliée ces dernières années. Je sais qu’il faut que je change, mais je ne vois pas comment.

Ouah ! C’est bien Liz qui a dit ça ?! Il y a quelques semaines, elle aurait eu du mal à être aussi lucide.

Carole enchaîne…

– Moi, je crois que j’ai été aveugle. Et complètement idiote. C’est ma faute. J’ai totalement gâché ma vie en restant avec un monstre d’égoïsme. Et maintenant je vais me retrouver toute…

– OK, OK, OK… Je t’interromps avant que tu te pendes en direct ! dis-je précipitamment. Sincèrement, moi, je t’admire beaucoup. Tu es une personne si douce, généreuse, adorable… Tu as toujours été là pour nous, alors arrête de te dévaloriser. Tout ça, ce n’est pas ta faute. Toi, tu as aimé Richard de tout ton cœur, et même si lui est un gros con (ça, je le confirme effectivement), toi, tu restes droite dans tes bottes. Ne te reproche pas ses actes à lui. Je pense que la seule chose que tu pourrais te reprocher, c’est en effet de ne pas avoir été un peu plus ferme sur ce que tu attendais de votre relation. Mais c’est juste parce que tu es trop gentille !

– Merci, tu es mignonne, ma chérie. Mais j’ai un tel sentiment de gâchis ! Si seulement… si seulement je savais m’affirmer comme toi !

Je hausse les épaules. Je n’ai pas l’impression, ces derniers temps, d’être un modèle pour qui que ce soit…

De leur côté, Denis et Jo n’ont pas perdu une miette de nos échanges. Denis paraît un peu surpris. Cependant, il demande doucement à Carole :

– Qu’est-ce qui te fait peur exactement, dans le fait de t’affirmer comme Juliette ?

– Je… je dirais que c’est ma peur de gêner, de faire de la peine, de décevoir…

Denis prend quelques secondes de réflexion, avant de répondre.

– Je ne suis pas psy, et franchement je ne sais pas d’où ça peut venir. Seule toi le sait. Mais je dirais qu’un truc dans ta vie t’a donné l’impression que tu ne pouvais pas aller au conflit, que ça t’était interdit, ou que ça avait des

conséquences tellement énormes que tu ne pouvais te le permettre. Mais tu sais, ta peur des conflits, c'est un peu comme la peur de ne plus contrôler les choses… C'est une peur inutile, parce que les conflits, comme le manque de contrôle, arrivent forcément à un moment donné. Vouloir éviter tout cela est le meilleur moyen de devenir esclave de ses angoisses, car plus on évite de prendre des risques, plus on fortifie nos angoisses… Et moins on est capable de lâcher prise…

À croire que ces deux-là ont le même cerveau, car Denis vient de dire à Carole ce que Jo m'a expliqué lors de notre rando… J'espère que ça va faire réfléchir Carole autant que ça m'a fait cogiter.

– Mais comment faire alors ?

– En arrêtant de se bercer d'illusions. Le monde actuel nous fait croire tant de choses irréalistes, ce qui nous amène à nous créer tellement d'obligations et de névroses… Achetez ceci, vous serez heureux ! Achetez cela, vous ne serez plus jamais ni triste, ni angoissé, ni seul… On nous fait croire que le bonheur peut être vécu tout le temps, partout, et qu'il est possible, préférable, voire obligatoire, de ne plus ressentir de choses négatives, de ne pas rentrer en conflit… Mais c'est impossible sans perdre la tête !

Liz n'a pas l'air convaincue. Elle répond du tac au tac :

– Donc… il faut accepter d'être malheureux, en fait ? C'est ça ? Pff… C'est pas super tentant votre truc, là…

– Évidemment. Ça ne fait pas rêver au premier abord. Disons que… accepter la douleur, la peur, la colère… en prendre conscience, c'est déjà mieux la tolérer. Il faut bien trouver un moyen de vivre avec ces émotions négatives plutôt que les enfouir ou les contourner, pour finalement se couper d'une grosse partie de soi-même… Moi, je me suis libéré le jour où j'ai enfin compris qu'en acceptant de les ressentir, je ressentais également mieux tous les petits bonheurs…

– Mais… accepter, ça veut dire quoi ? Comment faire pour… accepter ? demande Carole d'une voix presque suppliante.

– Eh bien… Ça demande des efforts, c'est sûr. Et beaucoup d'honnêteté pour faire une introspection constructive. Mais plus tu seras consciente de tes émotions négatives, plus tu seras capable de les analyser, plus tu prendras de la distance avec elles, mieux tu les toléreras, et moins tu en seras l'esclave…

– Tu peux me donner un exemple ? Je ne suis pas sûre de tout comprendre…

Denis regarde Jo d'un œil amoureux, comme pour puiser de la force dans la sérénité à toute épreuve de son compagnon.

– Eh bien… Vous savez, les filles, je n'ai pas toujours été le bel homme radieux que je suis maintenant ! nous dit-il avec un clin d'œil. Quand j'étais jeune, mon homosexualité a été un fardeau énorme. J'ai toujours su que j'étais gay, mais ça me fichait une peur bleue. Sans parler évidemment de ma famille très tradi, pour qui c'était une abomination. Pendant des années, j'ai fait semblant d'aimer les femmes, et je me sentais piégé, je ne voyais pas comment faire un retour en arrière. J'avais une bonne situation, de bonnes relations avec ma famille, j'étais apprécié… Tout était sous contrôle. Mais je vivais avec la peur intense d'être démasqué. Même si, à l'époque, je n'avais encore jamais sauté le pas et touché d'homme de ma vie ! Du coup, je jouais au gros macho, je m'inventais des conquêtes… C'était vraiment ridicule !

– Et que s'est-il passé ? demande Carole. Tu as rencontré Jo ?

– Oh non, ça c'était bien après…

Denis serre la main de Jo et lui lance un regard enflammé. Ces deux-là s'aiment comme des fous, c'est sûr.

– Un jour, à l'hôtel où je travaillais, un couple d'hommes est arrivé. Je les ai accueillis, leur ai donné leurs chambres communicantes… et quand ils sont partis de la réception, le bagagiste, un jeune idiot, m'a sorti un truc comme : « De vraies pédales celles-ci ! Ça me dégoûte rien que d'y penser ! » N'oubliez pas que c'était il y a une trentaine d'années… La cause LGBT a beaucoup avancé depuis… Bref. Sur le coup, j'ai joué le jeu, en sortant un truc du même acabit. Mais à l'instant où j'ai parlé, je me suis détesté. Je ne sais pas pourquoi, à ce moment-là, j'ai senti un déclic, et tout à coup, j'ai compris que je ne pourrais plus faire semblant. Et j'ai lâché prise.

– C'est-à-dire ?

– Je me suis dit que je ne pourrais pas changer ce que je suis, et que je gâchais ma vie à essayer de le faire. J'ai pris conscience de mon anxiété de plus en plus importante, mais aussi de ma colère enfouie, de mon désespoir, de mon sentiment de culpabilité du fait de tromper tout le monde, y compris moi-même. Jusque-là, je n'avais jamais regardé tout cela en face, je m'étais arrangé pour éviter soigneusement d'y penser. Mais ça me bouffait. J'ai décidé que même si j'avais peur, cela ne devait pas m'empêcher d'agir. J'ai tout dit à ma famille. Mes parents m'ont renié. J'ai changé de vie. Juste avant de venir m'installer ici,

je suis retourné voir mon père, presque vingt ans après notre dernière discussion, au décès de ma mère. Il m'a pris dans ses bras. On ne s'est presque rien dit. Il m'a juste chuchoté : « Sois heureux. » Le pauvre est mort deux mois après, d'un arrêt cardiaque.

Denis paraît à la fois triste et serein, comme pris d'une mélancolie lucide. Il reprend peu après :

– Ce que je voulais vous dire, c'est qu'à trente-cinq ans, j'ai fait le choix de m'accepter et d'arrêter d'obéir à ma peur. Et ça a été la meilleure décision de ma vie.

Difficile d'enchaîner après cette leçon de vie édifiante. S'ensuit donc un silence rempli de respect et de réflexion. Silence que Denis rompt avec humour :

– Bon, je sais, ça fait un peu *Star Wars* : « La peur mène à la colère, la colère mène à la haine, la haine mène au côté obscur… » Je crois que c'est ça ce qu'ils disent dedans. Et c'est tellement vrai ! Enfin… vous voyez ce que je veux dire !

Nous sourions à notre tour. Moi aussi, j'aime bien faire des analogies entre ma vie et *Star Wars*. J'adhère tout à fait à cette philosophie ! Et puis c'est plus digeste que Kant, Nietzsche et le reste…

Jo, resté silencieux jusque-là, prend alors la parole.

– L'erreur, c'est de croire que pensée, émotion et comportement sont indissociables, que penser ou ressentir quelque chose amène forcément à avoir un certain comportement. C'est cette croyance qui empêche de lâcher prise. Celle qui consiste à dire : « Nous sommes nos émotions, nos pensées, notre passé, et nous devons leur obéir. » Mais c'est faux ! Vous pouvez très bien avoir peur de l'avion et dépasser cette peur. D'ailleurs, je suis sûr que l'une de vous a peur de l'avion…

– Oui, moi ! répondent Liz et Carole en chœur.

– Et pourquoi êtes-vous venues quand même, vu le trajet ?

– Parce que c'était vital pour moi, répond Carole. Mais d'habitude, je me débrouille pour le prendre le moins possible.

– Pareil, dit Liz. Je n'aime pas ça, mais quand on ne peut pas faire autrement…

Jo hoche la tête.

– C’est très bien que vous ayez su dépasser cette angoisse. Mais celle-ci est somme toute facile à surmonter, et même à éviter : après tout, on peut ne pas voyager, ou le faire sans prendre l’avion. C’est autre chose quand il s’agit de la peur de l’abandon, du manque de contrôle… ou encore de la peur d’aimer et de s’abandonner à l’autre, dit-il en me jetant un petit coup d’œil de connivence.

Je rougis. Je n’ai pas dit grand-chose jusque-là, pour laisser de la place à mes amies. Mais je vois que Jo ne m’oublie pas.

– Il faut apprendre à se distancier de ses émotions ou de ses pensées, ce qui est très différent de les « contrôler » en les niant, en les enfouissant ou en les évitant. Et le meilleur moyen pour prendre ce recul, c’est de se décentrer de soi, de s’observer ressentir, de s’observer penser, de s’observer agir. Un peu comme si vous vous regardiez avec les yeux d’un autre, situé en hauteur… Cela vous permet de ne pas rester dans l’angoisse, dans la réaction instinctive, dans l’émotionnel pur. Moi, j’ai appris cela en faisant de la méditation, mais ce n’est pas le seul moyen. Il faut s’entraîner, mais ça vient rapidement. Essayez, par exemple, de vous dire : « Je vois bien que je ressens… de l’anxiété », quand vous la ressentez. Observez cette peur, étudiez-la sous toutes ses coutures, disséquez-la, cherchez à en savoir la cause, les conséquences. Remettez ses fondements en question : cette anxiété est-elle justifiée ? Et vous verrez que déjà, vous ne la ressentirez plus de la même façon…

Je crois comprendre ce que veut dire Jo. Mais au moment où j’ouvre la bouche pour lui répondre, une personne avec un accent marseillais à couper au couteau m’interrompt :

– Dites, je veux pas déranger, mais c’est possible d’avoir quelque chose à boire ? Oh fan, il fait encore plus chaud qu’à Marseille ici !

C’est Philippe, l’un des retraités hyperactifs arrivés ce matin.

Denis et Jo se lèvent précipitamment tout en regardant leur montre.

– Bien sûr ! Mon Dieu ! dit Denis. Mais je n’ai pas vu l’heure passer ! En plus, Norma est absente ! Il faut qu’on fasse à manger !

– Je vais vous aider ! propose Carole tout de suite, bien éveillée maintenant. J'adore cuisiner, et il y a une ou deux recettes que j'aimerais bien essayer…

– Eh bien je te remercie, Carole. Avec plaisir ! Jo est bon pour les barbecues, mais en dehors de ça, cuisiner n'est pas son plus grand talent ! Mais il en a tellement d'autres…, plaisante Denis en dévorant son compagnon des yeux.

Il y en a au moins deux qui sont heureux, ici…

20

Deux jours après…

Ces derniers jours, Liz, Carole et moi n’avons pas chômé. Nous avons passé la journée d’hier à Moorea, l’île la plus proche de Tahiti, accessible en ferry. C’est magnifique. Et nous avons nagé avec des dauphins !

Mais surtout, Jo nous a proposé, pour illustrer ses propos, de nous initier à la méditation. Et il y a du travail ! Le lendemain de notre grande discussion, nous nous sommes toutes levées à six heures et avons suivi Jo à la plage. Au programme, relaxation, respiration abdominale, exercices d’attention et de concentration… Et discussions pour debriefer, avec Jo dans un premier temps, puis à trois, quand Jo devait aller travailler. C’était passionnant !

Ce qui est drôle, c’est que je n’ai jamais été intéressée par ces pratiques, que je trouvais même limite louches avant. Je n’ai jamais trop été branchée New Age ou développement personnel. Peut-être parce que je pensais ne pas en avoir besoin. Comme quoi…

Aujourd’hui, rebelote. Nous nous retrouvons sur la plage à six heures. L’exercice est de focaliser notre attention sur toutes les parties de notre corps, de manière successive : notre tête (nos yeux, notre mâchoire, notre front…), nos bras, notre ventre, le battement de notre cœur, nos jambes, etc. C’est fastidieux, et mes pensées ont toujours tendance à dévier, mais je m’accroche et essaie de focaliser mon attention en lâchant prise sur ces pensées parasites.

La plus assidue à ce travail, la plus « performante » si je puis dire, c’est Liz, alors qu’elle était certainement la plus récalcitrante à la base. Elle-même explique son aptitude en arguant qu’elle a toujours eu une bonne capacité de concentration. C’est juste qu’elle ne l’avait jamais utilisée pour méditer. Carole et moi, nous ramons un peu à côté, c’est sûr.

Je me rends ainsi compte que s’observer soi-même, c’est possible, mais ce

n’est vraiment pas facile. On n’en prend pas conscience, mais tellement de choses nous passent par la tête chaque seconde ! Ainsi, j’ai pris conscience des pensées et émotions que je pouvais ressentir quand je pense à ce père que je ne connais toujours pas. J’y retrouve, pêle-mêle, la colère de vivre une situation injuste, la colère contre ma mère, mais aussi et surtout la peur de souffrir et d’aimer, comme l’a si bien deviné Jo. Et même si je ressens toujours tout cela… j’ai maintenant l’impression de mieux me comprendre. Je commence à voir les conséquences que ces émotions ont eues sur ma vie, alors même que je les enfouissais… Parce que même avant de recevoir cette lettre, j’étais en colère. Contre les hommes déjà. Et j’avais peur. Peur de m’attacher et de devoir encore une fois souffrir, d’être déçue…

Une fois la séance terminée, les filles et moi décidons d’aller vers les cascades, à l’endroit où je me suis rendue avec Jo, vers la rivière Fautaua. Je me prépare rapidement et je vais attendre les filles sur la terrasse, en sirotant un café. À ce moment, une voiture se gare sur le parking, devant l’accueil du gîte.

Un pick-up évidemment. Toyota. Blanc. Un long frisson parcourt ma colonne vertébrale. J’ai déjà vu cette voiture quelque part.

Avant que j’aie eu le temps de me souvenir du pourquoi du comment, Tiaré, la fille de Christian Baumann, se dirige droit vers moi, d’un pas déterminé.

Gloups…

– Bonjour Juliette.

Son ton est neutre, ni franchement amical, ni vraiment agressif. J’imagine que, tout comme moi, elle souhaite juste avoir des réponses.

– Bonjour Tiaré. Tu veux t’asseoir ? Boire un café ?

Mon cœur bat à deux cents pulsations-minute, mais je gère. Cool.

– Non, merci. Je suis venue te parler.
– Je sais. Mais ça n’empêche pas de boire un café. Tu en veux un ?

Tiaré acquiesce silencieusement. Je vais chercher la cafetière et prends mon temps avant de ressortir, histoire de rassembler mes idées.

– Comment m’as-tu… trouvée ?
– J’ai fait tous les hôtels de la région. Ça fait deux jours que je te cherche.
– OK. Impressionnant. Et… pourquoi ?

Tiaré boit une gorgée de café, repose son verre et déclare :

– Parce que tu es ma demi-sœur et que notre père est en train de mourir. Mais tu sais déjà tout cela, n’est-ce pas ?
– Comment as-tu su pour moi ?

Tiaré lève presque les yeux au ciel :

– On s’en fiche de ça. Mais si tu veux vraiment savoir, tu étais tellement bizarre quand tu m’as rendu visite que ça m’a mis la puce à l’oreille. À vrai dire, je sentais que mes parents me cachaient quelque chose depuis un petit moment, je ne savais pas quoi. Je pensais que c’était lié à la maladie de papa, mais je n’en étais pas sûre. C’est quand tu es venue chez eux que j’ai compris que tu avais un rapport avec tout ça.
– Comment ça ?
– Tu sais, je t’ai trouvée… bizarrement familière quand j’ai ouvert la porte. Et puis après avoir changé et couché Keanu, quand je suis redescendue, je t’ai vue regarder les photos de notre famille, surtout celles où figuraient mon père et ma grand-mère. Après, tu semblais perturbée. Et quand tu es partie précipitamment…
– Oui, je sais, c’était idiot…
– … J’ai regardé les mêmes photos que toi. Et j’ai compris. La ressemblance est tellement flagrante ! C’est vrai que tu ressembles à papa, mais tu es surtout le portrait craché de mamie Suzon ! Exactement la même tête ! Quand je te regarde maintenant, c’est tellement évident ! Je ne l’ai bien sûr jamais connue quand elle avait ton âge, mais papa garde plein de photos… Et c’est toi ! C’est toi !

Pile à ce moment-là, Liz et Carole sortent de la maison et s’arrêtent net quand elles me voient en grande discussion avec Tiaré. Je leur fais signe de m’attendre et je propose à Tiaré de continuer à discuter en nous dirigeant vers la plage. Cela me donne l’occasion de reprendre un peu mon souffle et de réfléchir à ce que je vais dire. Je sens le regard interrogateur des copines sur ma nuque.

– Et qu’as-tu dit à… ton père ?

– Quand ils sont revenus de l'hôpital, j'ai tout de suite demandé à mon père s'il connaissait une jeune femme appelée Juliette. Il était déjà pâle, mais là, il a blanchi.

– Et qu'est-ce qu'il t'a dit ? demandé-je d'une voix faible.

– Il m'a dit la vérité. Mon père m'a raconté son histoire, et ma mère la sienne. Il n'était pas au courant qu'elle t'avait envoyé une lettre… La discussion a été… intense, disons. Je ne comprenais pas pourquoi ils ne m'avaient pas prévenue.

– Donc tu connais la vérité ? Tu sais ce qu'il s'est passé il y a trente-six ans ?

– Oui…

Tiaré allait enchaîner, mais me regarde soudain bizarrement.

– Pourquoi, pas toi ? demande-t-elle, mi-suspicieuse, mi-incrédule.

– Non. C'est pour ça que je suis venue.

– D'accord, je comprends mieux ta réaction…, me dit Tiaré avec un air ébahi, mais aussi plus compatissant. Je comprends mais je suis désolée, il va falloir que tu patientes encore un peu, parce que ce n'est pas à moi de tout te révéler. Je te donne le choix. Soit tu viens voir mon… enfin notre père et tu auras sa version de l'histoire. Soit… soit tu ne viens pas, tu nous oublies et tu ne sauras jamais. Parce que ce ne sera plus la peine de revenir une fois qu'il sera mort.

– Tu appelles ça un choix ? dis-je, un peu amère.

– C'est à prendre ou à laisser. Je ne te connais pas. Je ne te dois rien. Pour moi, pour le moment au moins, tu n'es personne. À moins que tu veuilles le devenir. La balle est dans ton camp.

– Je te trouve un peu… dure ! Tu pourrais comprendre que je suis un peu perdue moi aussi. J'ai appris l'existence de ce père il y a quelques semaines seulement.

– Et moi j'ai appris la tienne il y a trois jours. Et je n'ai pas attendu des semaines pour venir te voir.

Elle commence à m'agacer, celle-ci, avec ses airs péremptoires… J'essaie tant bien que mal de mettre en pratique ce que Jo m'a enseigné : me décentrer de moi-même, observer mes ressentis, me détacher… Mais c'est difficile, car soudain une idée me traverse l'esprit :

– Ton père est au courant ? Que tu es venue ici, je veux dire.

– Moui… Et non. Il se doute que je te cherche. Il m'engueulerait s'il me voyait ici avec toi. Il m'a dit que ce devait être ton choix de venir le voir et qu'il

ne voulait pas te forcer à quoi que ce soit. Que tu avais certainement beaucoup de barrières à dépasser avant de venir. Qu'on ne rencontre pas son père pour la première fois comme ça, en claquant des doigts…

– C'est sûr… Il n'a pas tort…

– Mais n'oublie pas qu'il peut mourir demain, même si on garde espoir. L'oncologue ne semble pas très optimiste. Tu ne devrais pas traîner.

– Je sais.

Je lance ma réplique presque avec défi, sans le vouloir. Je me sens immédiatement coupable de lui répondre ainsi, même si je suis encore un peu agacée. Tiaré vient tout de même de me dire qu'elle va perdre son père (enfin, le nôtre) sous peu.

– Ma mère a dix sœurs. Et mis à part Aniata, qui est morte il y a dix ans, elles sont toutes restées très proches les unes des autres. Moi, j'ai toujours voulu en avoir au moins une. Donc bon… je me dis que d'une certaine façon… toi, même des années après, c'est mieux que pas de sœur du tout…, réplique-t-elle avec un sourire mi-triste, mi-moqueur.

Je ne m'attendais pas à ça de la part de Tiaré, après le début un peu tonitruant de notre discussion et la fermeté que l'on sentait dans ses propos. Je suis donc un peu déstabilisée. De son côté, ma demi-sœur, puisqu'il faut bien l'appeler comme ça, sourit enfin, d'un sourire un peu mélancolique en fait.

Ma colère retombe comme un soufflé et je réponds à son sourire, dans une connivence certes fugace, mais réelle. Je vois très bien ce qu'elle veut dire. Sans vraiment l'avoir formulé aussi clairement, il est vrai que je n'aurais pas dit non à un petit frère ou une petite sœur. Histoire de le ou la martyriser bien entendu, mais aussi pour partager les bons moments comme les mauvais…

– Très bien, Tiaré. Je comprends tout ce que tu me dis. Je… vais réfléchir. Pour notre père, j'entends. De toute façon, je devrai prendre ma décision rapidement, car je dois repartir dans quelques jours.

Tiaré paraît un peu déçue. Peut-être s'attendait-elle à ce que je la suive directement à Papeari.

Je la laisse repartir toute seule et reste debout devant l'océan Pacifique, qui

porte bien son nom, tant il paraît calme. Mais il doit être comme moi, à ce moment-là. Calme en apparence, bouillant et tourbillonnant à l'intérieur.

Peu après, je vois arriver Liz, Carole et même Jo. Ils ont dû voir Tiaré repartir et viennent aux nouvelles.

– C'est Tiaré, n'est-ce pas ? me dit Carole.
– Oui. Elle est venue me parler.
– Et… ça va ? m'interroge Liz.
– Oui. Ça va.

Jo prend alors la parole :

– Ton père, c'est Christian Baumann ?
– Eeeeeeh ouiii, dis-je en soupirant.
– Je ne sais pas pourquoi je ne l'ai pas vu avant, s'exclame alors Jo. Tu lui ressembles comme deux gouttes d'eau. Et encore plus à sa mère.
– Tu les connais ?
– Très bien. Enfin, Suzanne est décédée il y a quelques années, mais ils étaient proches. Elle est venue plusieurs fois ici. Je l'aimais beaucoup. Et j'apprécie beaucoup Christian.

Soudain, il se rembrunit.

– Je ne savais même pas qu'il avait un cancer…

Jo reste silencieux un petit moment, avant de reprendre :

– Tu sais, j'ignore ce qu'il s'est passé pour toi, Juliette, mais je tiens ton père en très haute estime. Pour moi, c'est vraiment quelqu'un de bien. Il m'a beaucoup aidé quand j'étais en difficulté. Il a été pendant longtemps bénévole dans des assos locales, et franchement, il faisait un super boulot. On a à peu près le même âge, lui et moi, mais je l'ai toujours considéré comme quelqu'un de très sage. Beaucoup de jeunes de Papeari peuvent lui dire merci. Je ne sais pas de quoi tu as discuté avec Tiaré, mais si je te dis tout ça, c'est pour que tu aies toutes les cartes en main… parce que d'après ce que tu m'as dit… tu manques d'informations…
– OK… Merci.

– Ne me remercie pas, je t’en prie. Et puis ce n’est que mon avis…

– Je sais. De toute façon, quelle que soit sa personnalité… je vais aller le voir. Je ne peux plus reculer.

21

Je ne peux plus reculer. Je le réalise soudain. Je ne suis pas venue ici pour rien. Et même s'il m'a fallu un temps fou pour encaisser tout ça et me décider, je ne vais pas rentrer sans avoir d'explication. Je rassure donc les filles inquiètes et les encourage à partir en randonnée, et j'emprunte la voiture de Denis pour retourner à Papeari.

Je ne sais pas si c'est le destin, le hasard ou tout simplement la vie qui a mis Denis et Jo sur notre chemin, mais je trouve cela fou d'avoir rencontré ces personnes au moment où on en avait le plus besoin. Ça ne manque pourtant pas d'hôtels ou de chambres d'hôtes ici ! Je ne peux que me féliciter d'avoir choisi ce gîte. Nouer des liens si forts et si rapidement, c'est exceptionnel. Peut-être est-ce justement le lâcher-prise qui nous a rendues plus sensibles aux bonnes vibrations ? Toujours est-il que sans Denis et Jo, notre séjour aurait certainement été très différent. Je ne sais pas pourquoi ils nous aident, mais leurs conseils sont précieux en ce moment.

J'arrive devant la maison de Christian Baumann. Deux pick-up, le Toyota blanc et un Nissan bleu, sont garés devant. Le jardin est aussi luxuriant que la dernière fois, voire plus : il faut dire que le propriétaire doit avoir autre chose à faire que tondre sa pelouse… Alors que je sors de ma voiture, déterminée mais les jambes flageolantes, une femme, Teani Baumann sans aucun doute, sort sur le perron et vient m'accueillir.

Là, c'est sûr, je ne peux plus reculer.

Comme sur les photos, l'épouse de mon père est une très, très belle femme, avec cette grâce typique des danseuses. Ses cheveux, noirs, longs et épais, sont joliment tressés en une natte imposante. Ses vêtements colorés et fluides mettent en valeur sa taille fine et ses hanches voluptueuses. Et elle porte, comme beaucoup de femmes ici, une belle fleur d'hibiscus derrière l'oreille. S'il y a une chose de sûre, c'est que mon père aime les belles femmes, me dis-je en repensant

à ma mère, qui était aussi d'une beauté étourdissante quand elle était jeune.

– Bonjour Juliette. Je suis très heureuse de te connaître enfin. Je suis Teani. Mais je suppose que tu le sais déjà.

Le ton est doux et ému. Teani me sourit gentiment.

– Bonjour. Oui, évidemment. Je… suis également heureuse de vous rencontrer. Je crois. Enfin…

– Tiaré m'a dit qu'elle t'avait retrouvée… et que tu cherchais des réponses. Je suis désolée que tu aies dû apprendre l'existence de ton père dans ma lettre, je pensais que… que tu étais déjà au courant. Je te remercie d'avoir fait tout ce chemin pour venir nous voir. Je sais que ça n'a pas dû être facile.

– Pourquoi est-ce vous qui m'avez envoyé cette lettre ? Pourquoi mon père ne m'a-t-il pas contactée directement ?

– Comme je te l'ai dit dans la lettre, il ne se voyait pas débarquer comme ça, après trente-six ans d'absence. C'était compliqué pour lui aussi. Il n'était pas sûr de ce que tu savais, ou de ce que tu ne savais pas. Il avait peur aussi. Que tu le rejettes. Mais c'est avec lui que tu dois en discuter. Tu dois avoir hâte de le rencontrer.

Teani me fait signe d'avancer. Je prends une profonde inspiration et je la suis dans la maison.

Dans le salon, deux personnes m'attendent. D'abord Tiaré, qui berce son fils et me sourit aussi, l'air soulagé. Je lui fais un petit signe de tête amical. Mais mon attention se focalise presque immédiatement sur l'homme, debout, qui, je le vois bien, n'en mène pas plus large que moi.

Je suis d'abord surprise par son aspect. Je m'attendais à un homme vraiment amoindri, mais la maladie ne lui a, pour le moment, rien enlevé de sa prestance. Ses cheveux blonds sont certes plus rares, ses joues plus creuses, et il semble se tenir moins droit que sur les photos, mais on sent encore en lui beaucoup de force et de volonté. Ça me rassure un peu : suite à ce que m'avait dit Tiaré, j'avais peur de ne ressentir que de la pitié pour lui. Mais je vois qu'il est encore en possession de ses moyens et que je vais pouvoir vraiment discuter franchement avec lui. Peut-être Tiaré a-t-elle exagéré la situation pour me décider à venir plus vite ?

Lui aussi m’observe avec attention. Je sens son regard m’envelopper et scruter chaque détail de mon visage avec émotion.

– Il paraît que je te ressemble, dis-je d’une voix un peu étranglée.

– Oui, c’est vrai. Et on a aussi dû te dire que tu ressemblais à ma mère. J’ai l’impression de la revoir. Mais tu tiens également de ta mère… Tu tires sur le roux, comme elle… Et puis la forme de ton visage…

– Tu te rappelles donc d’elle ?

– Bien sûr. Je ne l’ai jamais oubliée. Même si mon cœur a fini, heureusement, par guérir et par aimer de nouveau, dit-il en se tournant vers sa femme à côté de lui.

Teani lui serre la main avec amour et nous dit doucement :

– Je vais aller voir l’une de mes sœurs, qui habite juste à côté… Tiaré, tu viens aussi ? On va emmener Keanu voir tatie Céline.

– OK…, répond Tiaré en traînant un peu des pieds.

Elle aurait certainement voulu rester là et assister à notre discussion, et je comprends qu’elle soit curieuse. Mais je pense qu’être seule avec son… notre père est préférable pour ce que l’on a à se dire.

Une fois Teani, Tiaré et le petit Keanu partis, mon père me fait signe de l’accompagner dans le jardin. Une table et des chaises confortables nous attendent. Il nous sert à boire, silencieusement. Je l’observe un peu à la dérobée. Effectivement, il bouge assez lentement, un peu voûté. Peut-être a-t-il mal ?

– Tu veux de l’aide ?

– Non, merci. Je peux encore te servir à boire. Je vais venir m’asseoir à côté de toi, et on va pouvoir discuter, ne t’inquiète pas. Je ne vais pas mourir maintenant.

– C’est quoi, comme cancer ?

– Un cancer de la vessie. Cette saloperie en est au stade trois. Je devrais normalement me faire enlever la vessie. Je n’aime pas critiquer mon île, mais ce serait mieux de le faire en métropole, où je connais un spécialiste en plus. Mais… j’ai peur de ne pas pouvoir revenir. Je sais que c’est idiot, mais je préférerais vraiment finir mes jours ici, chez moi. Donc pour le moment, c’est radio et chimiothérapie. Et ce n’est déjà pas du gâteau… Mais bref, je ne suis

pas là pour te parler de ça…

– C’est vrai. Mais bon, ça fait partie du problème quand même, donc c’est bien que je le sache.

Je réponds en essayant de rester la plus froide et objective possible, histoire de ne pas me laisser dépasser dès le début. Christian acquiesce. Et me laisse entamer les hostilités.

– Bon, alors, tu me racontes ce qui s’est passé il y a un peu plus de trente-six ans ?

Je préfère être directe, et évidemment, Christian s’attendait à cette question, mais je le vois quand même inspirer profondément avant de me répondre :

– Avant que je n’entame mon histoire, peux-tu me dire ce que toi tu sais ?

– Ça va être rapide. Je ne sais vraiment pas grand-chose. Pour moi, jusqu’à ce que je reçoive cette fameuse lettre, j’étais la fille de Paul Bergson, que je n’ai quasiment pas connu, car lui et ma mère se sont séparés quand j’avais à peine 1 an. Il est parti, a refait sa vie, et je n’ai quasiment jamais eu de nouvelles de lui. Il est mort maintenant, mais à vrai dire, pour moi, ça faisait longtemps qu’il l’était déjà.

– Donc tu ne savais pas que j’étais ton père ? Ta mère ne t’a jamais parlé de moi ?

– Non. Faut croire que tu l’as fait sacrément souffrir…

– C’est sûr. J’imagine. Même si c’était bien contre ma volonté.

– Et après, j’ai reçu cette lettre. Au début, évidemment, ça a été difficile à croire. J’ai voulu en parler à maman, mais… elle a la maladie d’Alzheimer.

Christian ne répond pas. Il est choqué, je le vois bien, et atterré aussi. Je ne sais pas si c’est parce que je ne connaissais rien de son existence ou à cause de la maladie de ma mère. Les deux j’imagine. Il a fermé les yeux, et quand il les ouvre, je vois qu’ils sont un peu trop brillants.

– Ça fait longtemps ?

– Elle a été diagnostiquée il y a deux ans environ. Ces derniers temps n’ont pas été faciles, mais j’ai réussi à lui trouver une place dans un centre spécialisé, à Bordeaux.

– Elle en est à quel stade ?

– Difficile à dire. Les épisodes confus se succèdent de plus en plus rapidement. Ce qui est sûr, c'est qu'elle a mal réagi quand je lui ai parlé de toi. Elle ne voulait clairement pas en parler. C'est ce qui m'a convaincue qu'elle cachait quelque chose. Et que je devais venir ici pour avoir des explications.

– Bien, je vois. J'imagine que ça a dû être une décision pénible.

– Je veux entendre ce que tu as à me dire.

Christian nous ressert à boire, s'installe confortablement en face de moi, et commence son histoire.

– Au début des années quatre-vingt, je travaillais dans une boîte qui produisait des canapés, dont le siège était en Italie, même si moi, j'étais basé en France, vers Menton, tout près de la frontière. J'avais 23 ans et tout allait très bien : je gagnais bien ma vie et j'étais fiancé à une femme, d'origine italienne, qui s'appelait Maria.

– Quoi ? Tu étais fiancé ? Et tu as…, m'écrié-je, stupéfaite.

– Oui. Mais tu vas comprendre. Est-ce que je peux tout expliquer ?

– Hmm…

– Merci. Peu avant l'été, on m'a proposé de venir faire une formation de deux mois au siège de mon entreprise, juste à côté de Bologne. C'était bien payé, ça me permettait de voir un peu de pays, et il y avait une promotion à la clef. J'ai donc accepté, même si Maria a fait un peu la tête. Elle travaillait elle aussi, mais elle devait me rejoindre pendant ses vacances. On était mi-juin, et je devais y rester jusqu'à mi-août. Je vivais, moyennant une petite participation, chez un collègue italien, Gianluigi, qui habitait dans une grande villa dans la banlieue de Bologne, avec sa femme et leurs deux filles. Ils étaient adorables et me laissaient très libre de mes mouvements. J'avais ma voiture et je dormais dans une sorte de petit studio, avec une entrée indépendante. Pendant mes jours de congé, comme eux travaillaient énormément, même le week-end, je passais mon temps dans les rues, les musées, les terrasses de café. Bref, c'était l'Italie en été.

– Et ma mère ?

– J'y arrive. La femme de Gianluigi, Sylvia, était d'origine française et venait d'un petit village près de Strasbourg. Elle avait promis à sa mère de prendre la fille de l'une de ses amies comme jeune fille au pair, pendant l'été, notamment pour garder ses enfants et leur enseigner un peu de français. Et… ta mère est arrivée.

Christian s'interrompt un moment, le temps de savourer ses souvenirs, peut-

être.

– Je me rappellerai toute ma vie la première fois que je l'ai vue. Elle devait arriver en train à la gare de Bologne, mais mes hôtes étant indisponibles, ils m'ont demandé d'aller la chercher. J'avais donc préparé un petit écriteau avec « Anne Geoffroy » écrit dessus, et j'attendais patiemment au bout du quai. Les trains italiens ont toujours du retard, mais quand il a fini par arriver… et que j'ai vu ta mère se diriger vers moi, je n'en ai pas cru mes yeux ! On aurait dit une apparition. Elle était tellement belle et paraissait tellement fraîche, douce… Elle portait une jolie robe verte, légère et fluide, et un bandeau de la même couleur, qui mettait ses beaux cheveux et ses taches de rousseur en valeur. Elle m'a souri, de son beau sourire éclatant, et je crois que je suis tombé amoureux instantanément, sur ce quai de gare.

– Et ma mère aussi ?

– Je crois que je lui ai aussi fait de l'effet. À l'époque, je ne passais pas inaperçu avec mes deux mètres de haut et ma carrure de sportif. J'étais en pleine possession de mes moyens… Et j'ai évidemment tout fait pour me montrer charmant. Ce jour-là, j'ai tout oublié : ma fiancée, mes cours (je devais y retourner l'après-midi mais je me suis fait porter pâle)… On a passé la journée ensemble, je garde un souvenir vraiment exceptionnel de ces quelques heures. Je lui ai montré la maison et nous sommes tout de suite allés faire un tour dans Bologne. Je sais que c'est cliché, mais j'aurais aimé que cette journée dure éternellement. Le soir, quand Gianluigi et sa femme sont revenus, je leur en voulais presque de rompre le charme.

– Tu ne lui as pas dit que tu étais fiancé ?

– Non. C'est la plus grosse erreur de ma vie. Si j'avais su…, j'aurais fait les choses autrement. Disons qu'au début, je n'ai pas vraiment pris conscience que je venais d'avoir un coup de foudre. Avec le recul, il est évident que j'étais déjà amoureux, mais à ce moment-là, j'ai juste ressenti une sorte d'attirance magnétique, de familiarité rassurante, sans vraiment en prendre conscience. Mais je me disais que ça allait passer… Enfin, je ne sais pas. Peut-être qu'inconsciemment, je ne voulais pas rompre le charme, justement, et risquer de la perdre.

Christian fait une pause pour boire un peu, puis reprend :

– Bref. Les jours ont passé, et Anne et moi, nous nous sommes dangereusement rapprochés. J'avais la ferme intention, je te le jure, de rompre

avec Maria dès que je la verrais. Il ne s'était rien passé avec Anne, mais je sentais bien que le fait d'avoir des sentiments si puissants pour quelqu'un d'autre me prouvait que je n'aimais pas vraiment ma fiancée. Mais je trouvais indigne de rompre par lettre ou par téléphone…

– Mouais.

– Je sais, j'aurais dû faire autrement… Donc, au début de son séjour, j'ai passé beaucoup de temps avec ta mère. Vers seize heures, dès que la formation était terminée, Anne, qui ne devait commencer à travailler que quelques jours plus tard et profitait de ce temps pour visiter la région, me rejoignait en centre-ville de Bologne. On se promenait, tous les deux, bras dessus, bras dessous, en s'émerveillant de tout ce que l'on voyait. Elle parlait assez mal italien, mais moi, j'étais déjà bilingue. Je faisais exprès d'exagérer mon accent pour la faire rire… On s'est baladés dans toute la ville. Et puis est arrivé ce qui devait arriver. On a fini par s'embrasser, dans la basilique San Petronio… Et on s'est même fait virer par l'un des prêtres ! Ils ne plaisantent pas avec les lieux saints, là-bas… On a aussi passé un week-end merveilleux ensemble, à Florence, en prenant soin de ne pas partir et revenir au même moment chez Gianluigi et Sylvia. Anne pensait aussi que c'était mieux qu'ils ne sachent rien au début. Mais pas pour les mêmes raisons que moi… Elle ne voulait pas passer pour une marie-couche-toi-là.

Mon père, souriant quelques secondes avant, s'assombrit soudain :

– L'inconvénient, c'est que j'étais coincé. Je ne pouvais pas annoncer officiellement que j'aimais ta mère parce que j'étais déjà fiancé et que Gianluigi et Sylvia le savaient, mais comme je n'avais pas parlé de mes fiançailles à ta mère dès le début, je ne me voyais pas le faire à ce moment-là. J'étais sûr que ça détruirait tout.

– Comment l'a-t-elle su ? J'imagine que c'est ce qui s'est passé…

– Bêtement. Je l'ai prévenue que je devais retourner en France pour quelques jours. Dans ma tête, c'était simple : j'allais à Menton, je rompais avec Maria, je revenais à Bologne et c'était bon. Mais la veille de mon départ, ta mère a voulu… me faire une surprise. Elle est venue me voir au travail, enfin à la formation, pour déjeuner avec moi avant mon aller-retour à Menton. Elle-même devait commencer à travailler le lendemain. Elle est arrivée à la réception, a demandé à me voir, en disant qu'elle était mon « amie », parce que c'était plus simple de présenter les choses comme ça. Le réceptionniste, avec qui j'avais parlé un peu en tout début de formation, a voulu en faire des tonnes, et lui a dit

quelque chose comme : « Ah ? Vous êtes Maria ? La *signora* de Christian ? Oh, je suis content de vous voir, Christian m'a beaucoup parlé de vous ! Il m'avait dit que vous deviez venir le rejoindre ! Quelle bonne surprise ! »

Je reste sans voix devant ce coup du sort.

– Anne a alors compris que je lui avais menti et elle a réagi de manière… très tranchée. Elle ne m'a demandé aucune explication, est revenue chez Gianluigi et Sylvia. Elle leur a expliqué qu'elle devait absolument rentrer chez elle, pour une urgence familiale et elle est partie.

– Qu'as-tu fait ?

– Quand j'ai su ce qui s'était passé, le soir seulement, après avoir croisé Federico, le type de l'accueil, qui m'a raconté sa gaffe, tout piteux, j'ai conduit et couru comme un fou chez Gianluigi, mais Anne était déjà partie. Effondré, j'ai expliqué à Gianluigi ce qui s'était passé et il s'est montré très compréhensif, mais Sylvia, elle, beaucoup moins. Non seulement elle désapprouvait, mais elle avait en plus perdu la jeune femme qui devait garder ses filles pendant l'été… Elle m'a fait comprendre qu'il valait mieux que je cherche un autre endroit pour me loger et ne m'a donné aucune information qui aurait pu m'aider à retrouver ta mère.

– Comment ça ? Tu ne savais pas où elle habitait en France ?

– Non. Je savais qu'elle était étudiante à Paris, mais je ne savais pas dans quelle université, ni où elle habitait exactement. On n'avait pas vraiment pensé à s'en parler… Tout était allé très vite. À vrai dire, on pensait avoir tout le temps pour discuter de nos familles et du reste. Et puis c'était moins passionnant que parler art, musique, cinéma, architecture, bouquins… ou italien. De plus, ta mère était très réservée sur ses parents et sa vie privée. Je ne connaissais quasiment que son nom de famille. Et le nom de son village d'origine, absolument imprononçable (elle ne me l'avait dit qu'en patois alsacien, pour me faire rire).

– Voegtlinshoffen.

– C'est ça. Exactement. Tu sais, à l'époque, il n'y avait pas Internet ! Ce n'était pas aussi facile que maintenant de chercher quelqu'un… Et puis j'avais des obligations moi aussi, un boulot à assurer. Toujours est-il que le lendemain, je suis quand même parti à Menton, j'ai rompu avec Maria et je suis revenu à Bologne le lundi, dans un petit hôtel miteux, pour finir ma formation. J'essayais de me convaincre que ce n'était pas grave, que c'était juste une fille parmi tant d'autres, que ça ne valait pas le coup de tout arrêter pour la chercher, après

quelques jours seulement de relation. Mais évidemment, je n'arrivais à l'oublier. J'ai quand même terminé ma formation, dans un état pitoyable, histoire de ne pas tout foutre en l'air, mais j'ai ensuite demandé un congé sans solde, qu'on m'a accordé à contrecœur, et j'ai cherché ta mère partout. En vain. J'ai pourtant réussi à trouver ses parents, mais ils n'ont même pas voulu me parler. Je crois qu'ils savaient que tu étais de moi… mais moi je ne savais pas que tu existais ! Je les ai suppliés et j'ai presque campé devant chez eux dans l'espoir de voir Anne… encore en vain. Ta mère avait disparu des radars.

– Je comprends. Elle s'est mariée en septembre quatre-vingt avec Paul Bergson et elle s'est installée à Bordeaux à ce moment-là. Et une fois qu'elle avait changé de nom…

– Exactement… J'ai fini par abandonner. De toute façon, je ne pouvais pas rester comme ça… J'ai supplié tes grands-parents une dernière fois de laisser un message à leur fille et je suis reparti à Menton. Je pense qu'ils ne l'ont jamais fait. Finalement, j'ai démissionné au bout de quelques mois. Ensuite, j'ai travaillé par-ci par-là. Je n'arrivais pas à m'attacher à qui ou quoi que ce soit, j'étais encore hanté par ce qui s'était passé. J'ai beaucoup voyagé, et j'ai fini par atterrir ici, un peu par hasard. J'ai rencontré Teani, qui m'a sauvé et donné un enfant. Je ne suis jamais reparti. Je me suis reconstruit ici.

– Donc, tu ne savais pas que maman était enceinte quand elle est partie précipitamment ? demandé-je en comprenant qu'il ne pouvait effectivement rien savoir de mon existence.

– Comment l'aurais-je su ? Même elle ne devait pas le savoir ! C'était trop tôt !

– Comment l'as-tu retrouvée il y a quelques mois ?

– Eh bien, ça, c'est aussi extraordinaire ! À ce moment-là, je savais déjà que j'avais un truc qui clochait niveau santé, mais on n'en était qu'aux premiers examens, et Dieu sait que les résultats sont longs à arriver. Seule Teani et moi étions au courant de ces problèmes. Bref. Un jour, des amis de métropole sont venus nous voir et ils ont amené des cadeaux pour Keanu. Parmi eux, il y avait un livre pour enfants, qui s'appelait *Le bruit de la*…

– *… petite souris qui ne voulait pas faire de bruit.*

C'est un des livres que ma mère a écrits. Illustré par Carole, d'ailleurs.

– Exactement. Le titre m'a intrigué et j'ai regardé qui l'avait écrit. Je suis tombé sur la photo de ta mère au dos du livre ! Je l'ai reconnue tout de suite. J'ai

presque cru voir un fantôme ! Je pensais avoir oublié cette histoire, être guéri, parce que je suis heureux ici, mais je me trompais. J'ai passé quelques jours complètement au radar, entre la sidération, le déni, la colère… Puis je me suis ressaisi et me suis renseigné sur elle. Et j'ai appris qu'elle était divorcée, institutrice, bordelaise, et surtout… qu'elle avait une fille, née presque huit mois après notre… histoire. C'est là que j'ai su que j'avais un autre enfant. Toi.

– Et pourquoi ne m'as-tu pas contactée ?

– Disons que… c'était compliqué. Entre-temps, j'avais eu les résultats de mes examens et je savais que j'avais un cancer de la vessie à un stade assez avancé. Ce qui ne m'a pas aidé à reprendre le dessus et à m'éclaircir les idées. J'étais totalement effondré, autant par cette histoire que par le cancer. Et… j'étais en colère. En colère contre ta mère, qui ne m'avait pas prévenu, en colère contre moi-même, en colère contre ma maladie, en colère contre tout… J'ai fini par tout révéler à Teani. Qui m'a montré qu'elle était une femme vraiment exceptionnelle, même si je n'en doutais pas, en me poussant à prendre contact avec toi. Mais je ne voulais pas. Comment aurais-je pu t'infliger ça ? Et comment me comporter avec ta mère, qui, elle, avait dû faire face à mon mensonge, il y a trente-six ans ? Je crois que j'avais aussi honte de moi. Et puis, je ne voulais pas imposer ça à ma famille, en plus du cancer. D'ailleurs, nous n'avons rien dit à Tiaré. Elle ne l'a su qu'une fois qu'elle t'a rencontrée. Mais Teani t'a écrit cette lettre. Comme quoi, les femmes de ma vie sont toutes bien plus fortes que moi… Bref. Je crois que c'était parce qu'elle sentait bien que je devais te rencontrer avant de mourir. Et aujourd'hui, je l'en remercie de tout mon cœur. Je suis… vraiment heureux de te voir enfin.

22

Je pars assez précipitamment, après toutes ces révélations, car je sens que ma tête va exploser. En sortant de chez lui, je dis à mon père que je dois prendre un peu de temps pour réfléchir. Il me répond seulement : « À bientôt, je l'espère vraiment », et il me regarde partir en me faisant un petit signe de main.

Je m'arrête alors quelques kilomètres plus loin, le long de la route, et je pars marcher sur la plage, les yeux dans le vide, l'esprit embrumé, anesthésié, engourdi. Au bout de quelques kilomètres, je m'agenouille sur le sable et je commence à pleurer, doucement, pendant un temps infini, comme happée par une tristesse incommensurable. Je suis triste de ce que j'ai appris. Triste de la vie que l'on aurait pu avoir tous ensemble. Triste de tout ce que je n'ai pas connu. Triste pour ma mère, pour mon père, pour ces moments de vie gâchés, qui ne reviendront plus jamais, et qui ont laissé des empreintes aussi profondes sur leurs vies, et sur la mienne.

Revenue au gîte, je ne croise personne, et heureusement. Je cours presque rejoindre ma chambre. Je dois appeler ma mère.

À vrai dire, je ne l'ai pas beaucoup appelée depuis que je suis ici. Une fois en arrivant, et une autre fois avant d'aller voir mon père pour la première fois, mais je n'ai pas pu lui parler. En plus, avec le décalage de douze heures, ce n'est pas évident de trouver un moment. Rachel et Nadine, de leur côté, me laissent des messages tous les deux jours, comme convenu avec elles, et apparemment, tout se passe bien : ma mère a l'air apaisé et elle ne demande même pas après moi. Finalement, même si je me sens coupable d'être si peu disponible ces derniers temps, je crois que j'avais besoin de me détacher un peu d'elle, parce que ces deux dernières années ont été difficiles pour moi aussi, je m'en rends vraiment compte maintenant. Et puis tout ce que j'ai appris depuis cette lettre… m'a un peu refroidie. J'étais d'abord en colère contre elle, mais maintenant, je ne suis plus vraiment énervée, mais triste d'avoir appris ce qu'elle a vécu. Et qu'elle ne me l'ait pas dit. Pensait-elle que je ne serais pas assez forte pour le supporter ?

Un peu fébrile, j'allume mon portable. Il est seize heures. Avec le décalage, il est quatre heures du matin à Bordeaux. Pas le moment d'appeler, donc.

Soudain, la vision de mon téléphone me rappelle que j'ai négligé quelqu'un d'autre depuis que je suis ici. Armand. Il m'a laissé un message, mais je n'y ai jamais répondu. Une autre vague de culpabilité me submerge, bientôt remplacée par une vague d'angoisse. Et si… Et si je le perdais ?

Soudain, je me sens terriblement seule, chose qui m'arrive rarement, car la solitude ne m'a jamais dérangée. Je ressens le besoin impérieux de parler, et de prendre l'air aussi. Je ressors donc de ma chambre et pars à la recherche de quelqu'un, mais les filles ne sont pas encore rentrées de leur randonnée, Isa et Esteban reviennent des Marquises demain, et les quatre retraités sont partis sur une autre île. Nous serons déjà reparties quand ils reviendront. Denis doit être avec Norma. Enfin, je trouve Jo, en train de réparer un robinet dans l'une des chambres inoccupées.

– Ça va ? me demande-t-il, l'air un peu inquiet.

Il sait où j'étais, et je dois faire une tête vraiment bizarre…

– Oui. Enfin, à peu près. Dis-moi, j'aurais besoin… de partir prendre l'air avec quelqu'un. Maintenant. Tu aurais… un moment ? Je sais que tu bosses, mais…
– Oui. OK. Je vais juste prévenir Denis, pour qu'il rentre ici au plus vite.

Trente-cinq minutes plus tard, nous arrivons dans un *marae*, un ancien lieu sacré, situé dans les hauteurs de l'île. Il ne reste plus grand-chose de l'époque où il était utilisé : quelques pierres qui semblent marquer une sorte d'enceinte en ruine, deux statues typiques en forme de « tikis », incomplètes, des pierres plus grosses, parsemées ça et là, qui devaient bien représenter autre chose, mais quoi ? L'endroit, désert, respire la tranquillité, la sérénité. On entend de l'eau couler quelque part, des oiseaux gazouiller, des feuilles bouger.

Jo a fermé les yeux et reste silencieux. Nous sommes assis sur des pierres, pensifs. Mon esprit est encore embrumé par toutes mes émotions, je ne me sens pas de les analyser maintenant. Je finis donc par rompre le silence et demande à Jo comment il connaît cet endroit.

– Depuis que je suis tout petit, j’aime venir ici quand je dois faire le vide. Surtout depuis la mort de mon père. Peut-être pour faire la paix avec son esprit.

– Ah… désolée pour ton père.

– Tu sais, ma mère est morte quand j’étais très jeune. Et mon père… n’était pas exactement le genre de père qu’on aime avoir. Il buvait, me battait…

Je me rends compte, en entendant cela, que je ne sais pas grand-chose de Jo, de son histoire.

– Comment tu t’en es sorti ?

– Pff… J’ai eu de la chance, parce que ce n’était pas bien parti du tout ! Ado, j’ai fait toutes les conneries possibles et imaginables. Je n’avais aucune règle, aucune limite. La seule loi, pour moi, c’était celle de la jungle : seul le plus fort survit. Heureusement pour moi, je ne me suis jamais vraiment fait choper par la police, ou seulement pour des broutilles. Mais j’aurais pu finir en prison. Quand mon père est mort d’une cirrhose, ça a été encore pire. Et je ne te parle même pas du fait que j’étais gay ! Je me sentais tellement différent, sans pouvoir le montrer… tikisa n’a pas été facile, pour Denis comme pour moi.

– J’imagine…

– Jusqu’à ce que je fasse la connaissance de ton père, quand j'avais à peu près 30 ans. À ce moment-là, j’essayais, après avoir eu très chaud aux fesses une énième fois au tribunal, de trouver un boulot, faire une formation, un truc honnête. Je sentais que si je ne changeais pas de voie tout de suite, je tomberais tellement bas que je ne pourrais plus remonter. Mais je ne savais pas quoi faire.

– Je vois. Je suis moi-même dans la réinsertion professionnelle…

– C’est vrai, tu me l’avais dit le premier soir. En tout cas, quelqu’un m’avait conseillé d’aller voir Christian, en me disant qu’il pourrait me trouver quelque chose.

Il s’interrompt soudain, avec un air coupable :

– Je suis bête, désolé, tu n’as peut-être pas env…

– Non, non ça va. Vas-y, raconte.

– Très bien. C’était drôle parce qu’on avait à peu près le même âge. Au début, ça m’a un peu embarrassé… Mais très vite, le courant est bien passé. En tout cas, je me suis tout de suite senti soutenu. Il m’a aidé à m’en sortir, en me trouvant une formation en carrosserie. Il m’a foutu des coups de pied aux fesses plusieurs fois ! À l’époque, je buvais beaucoup. Pas la journée, mais le soir et les week-

ends, j'abusais souvent. Je n'étais pas tout à fait alcoolique, mais j'étais vraiment limite. Il ne m'a pas laissé tomber. C'est même avec lui que j'ai discuté de mon homosexualité pour la première fois de manière ouverte. Je pense vraiment que ce qui a marché, c'est qu'il croyait en moi. Ça se voyait.

Jo s'arrête de parler, je n'ajoute rien. Puis il me fait signe de le suivre. Je n'avais pas remarqué, mais derrière nous serpente un petit chemin de terre qui monte vers les hauteurs de l'île.

– Viens ! Suis-moi.
– Où ça ?
– J'aimerais te montrer un endroit spécial pour moi. Un endroit calme, où j'aime m'isoler.
– Un endroit calme ? Àa ne l'est pas assez, ici ? dis-je en regardant autour de moi.
– Disons… encore plus calme.
– OK… C'est loin ?
– Non, dix minutes à peine en marchant vite, mais ça monte dur.

Et en effet, ça grimpe. L'humidité est bien plus présente ici, il bruine presque. La nuit est quasiment tombée. Heureusement, le trajet ne dure pas longtemps. Perdue dans mes pensées et concentrée sur ma progression, je tombe presque sur Jo quand il s'arrête brusquement devant la porte d'une petite cabane en bois et en tôle.

– C'est quoi ça ? demandé-je, surprise.
– C'est une petite cabane que j'ai construite au milieu de nulle part. Ça fait dix ans qu'elle est là, et jamais personne n'y met les pieds à part moi.
– Waouh ! Ah oui ? mais… C'est minuscule ! Comment tu fais pour y rentrer ? dis-je en plaisantant.
– Oh, ne t'inquiète pas. Il y a tout ce qu'il faut : un lit, des bougies, de l'eau, des réserves de nourriture, un réchaud et même deux ou trois bouquins. Tiens, rentre, je te fais visiter mon palace.

Contrairement à ce que son aspect extérieur laisse présager, l'unique pièce de la cabane est somme toute assez douillette, propre et doit être claire en plein jour, avec ses deux ouvertures en plus de la porte. Un tapis moelleux protège le sol. Le lit semble confortable avec ses coussins rebondis. Sur l'étagère au-dessus se

trouve effectivement des livres sur le bouddhisme et la méditation et quelques récits de voyages. Il y a un petit coin avec une table basse, deux chaises, un réchaud, une bassine pour faire la vaisselle ou se laver, et quelques ustensiles. À côté, un meuble regroupe quelques produits ménagers, des torchons, de l'essuie-tout, de la nourriture et de l'eau en bonbonne. Pas d'eau courante. Pas d'électricité. Ça semble spartiate, certes, mais l'essentiel est là. Étrangement, je me sens bien ici. J'ai presque envie de me blottir dans le lit. Et de m'endormir.

Après m'avoir montré deux ou trois bricoles, Jo finit par me dire :

– Bon, tu veux que je revienne te chercher demain ? Vers neuf heures, ça te va ?
– Quoi ? dis-je, effarée.
– Tu n'as pas envie de rester ?
– Euh…

J'y pensais il y a deux secondes. Il est devin ou quoi ? L'idée me semble absurde au premier abord, mais elle s'insinue rapidement dans mon esprit et finit par s'y installer à demeure. Oui. Je crois que j'ai envie de rester ici. Seule. Je me sens comme chez moi.

– Si, en fait, dis-je finalement.

Jo sourit.

– Si tu as besoin de quoi que ce soit, il faut redescendre par le même chemin. La route n'est pas loin. Je te laisse une grosse lampe torche. Il y a des piles et des briquets au cas où là-bas, et une trousse de secours bien garnie. Mais bon, je te conseille plutôt de ne pas bouger trop loin ce soir. Avec l'humidité, la terre et les herbes sont glissantes, et si tu tombes… tu risques de passer une mauvaise nuit. En plus, ça ne capte pas ici.
– Ce n'est pas grave, je n'ai pas pris mon téléphone.
– Je vois que tu as bien compris le concept de rester seule dans une cabane dans les bois, plaisante Jo en souriant. Heureusement que je ne suis pas un psychopathe !
– C'est sûr… Mais même si je l'avais pris, ça aurait été difficile de téléphoner à la police sans réseau…

Je lui souris. Il pose son sac sur la table basse, en retire des fruits, du pain et du fromage. Et sort de la cabane. Sur le pas de la porte, il se retourne et me dit :

– Ce n'est pas simple hein ?
– Ça, c'est sûr…
– Au fait, je dis quoi aux filles ?
– Que je suis désolée, mais que j'ai besoin de réfléchir et que je reviens demain. Et que je les adore.
– Ça marche.
– Et merci encore.
– De rien. Demain ça ira mieux. Tu verras.

Jo parti, je me retrouve seule avec moi-même. Après avoir farfouillé un peu partout, je décide de sortir de la cabane et je me pose à même le sol sur l'espèce de petit observatoire (d'à peine deux ou trois mètres carrés) construit sous l'une des fenêtres. Là, j'essaie d'examiner mon état d'esprit et m'aperçois que les émotions que je ressentais tout à l'heure se sont apaisées : ce ne sont plus des montagnes russes, mais des collinettes maintenant, plus faciles à gravir. Je ne sais pas ce que me fait Jo à chaque fois, mais il a un pouvoir déstressant naturel. Je devrais peut-être le ramener dans mes bagages à Bordeaux, ce serait bien de l'avoir sous la main…

Lors des deux séances de méditation faites ensemble, il me disait qu'il serait très utile de « visualiser » mes émotions et même mes pensées, parce que cela m'aiderait à prendre de la distance avec elles. J'ai alors essayé de mettre une forme ou un nom sur les différents sentiments que je pouvais ressentir. J'avoue que rien ne m'est venu sur le coup, mais maintenant que j'y repense, je me rappelle soudain le film *Vice-Versa*, un dessin animé que j'ai vu avec Mattéo et Jeanne, dont l'héroïne, une petite fille, devient ado. Dans l'histoire, ses émotions sont finalement le vrai sujet du film et sont personnifiées par de petits bonshommes rigolos et colorés. La colère est un bonhomme rouge toujours à cran, la joie une jeune fille solaire et enjouée, la tristesse un vrai boulet pleurnichard, etc. Je me dis que c'est une bonne idée et que je vais peut-être garder ce concept pour « personnifier » mes émotions. J'essaie donc de donner forme et personnalité à ce que je ressens, ou à ce que j'ai ressenti : tristesse, colère, anxiété, culpabilité, jalousie même (envers Tiaré, qui elle a grandi avec son père)… Je me souviens aussi que la « morale » de ce film est que toutes les émotions ont leur fonction, même celles que l'on pense négatives (comme la

tristesse) et que l’on essaie d’éviter à tout prix, ce qui est exactement ce que nous dit Jo à longueur de temps. Décidément, ce dessin animé est plus profond que je ne l’avais pensé en le regardant avec les petits.

Jo nous disait aussi que l’important, c’est d’abord de prendre conscience de ses émotions, de les écouter, mais de ne pas forcément leur donner de pouvoir, de ne pas en être l’esclave. J’imagine donc tous mes petits bonshommes intérieurs me parler (en espérant que ce ne soit pas un signe précurseur de schizophrénie !) : la colère tape du poing sur la table en me hurlant : « Explooooooooose ! », la tristesse pleure à chaudes larmes et m’intime de me rouler en boule pour mourir dans un coin, la jalousie observe ce que les autres ont et que je n’ai pas (à moins que ce soit l’envie ?) et fomente des plans pour l’obtenir, la culpabilité, elle (un peu masochiste) essaie de me convaincre de m’autoflageller avec un fouet…

Je m’aperçois qu'il est effectivement possible de se distancier de ses sentiments. Les imaginer en petits bonshommes m’aide bien, même si ça paraît puéril. Liz, qui a plus de facilité que moi pour la visualisation, me disait ce matin qu’elle imaginait ses émotions comme des passagers d’un avion qu’elle pilotait, et qui criaient tous les uns après les autres en lui donnant des ordres contradictoires. Elle se rendait aussi compte que c’était finalement toujours les mêmes passagers (l’anxiété, la culpabilité) qu’elle écoutait, au détriment des autres, et qu’elle se rendait bien compte que cela la faisait tourner indéfiniment en rond avec son avion… jusqu’à tomber en panne de carburant (ses fameuses crises d’angoisse).

Et moi, pendant toutes ces années, quel était le sentiment que j’écoutais le plus ? Je passe en revue mes petits bonshommes, si différents les uns des autres, et j’essaie de les observer. La colère ? Oui, je l’ai écoutée bien souvent : je suis une révoltée par nature, alors bon… Mais j’ai toujours eu l’impression, à part ces derniers temps avec Carole et Liz, que c’était pour des causes justes et réelles : c’est par colère contre les injustices que je me suis mise à bosser dans le social, même si j’ai réussi à prendre de la distance depuis. La tristesse ? Non, je ne suis pas du style à m’apitoyer et à me renfermer. La culpabilité ? Non, pas vraiment, enfin pas plus que ça. Je n’ai pas du tout la même personnalité que Liz, ou même que Carole, qui culpabilise aussi pour un rien. L’anxiété ?

Au premier abord, j’ai envie de dire non. Je ne me suis jamais sentie anxieuse

ou stressée. Par exemple, je gère le stress du boulot vraiment facilement. Mais je sens qu'un signal d'alarme s'est allumé dans ma tête, alors je creuse. J'essaie de me concentrer sur ce qui m'insécurise le plus, me met vraiment en difficulté. Et ça me confirme que, ce qui m'angoisse vraiment, c'est de prendre le risque de tomber amoureuse, de m'attacher, d'être déçue. Parce que j'ai une image assez déplorable des hommes en général. Et que je suis peut-être plus vulnérable que je ne le pensais. Du coup, je trouve toujours une bonne raison pour rompre, surtout quand ça peut devenir sérieux. Bon, évidemment, tout ça n'est pas vraiment une surprise, Jo me l'avait déjà dit d'ailleurs, et nous avions un peu abordé le sujet. Mais je ne l'avais jamais vu avec une telle acuité : c'est devenu tellement limpide que je ne sais pas, encore une fois, comment je ne l'ai pas réalisé avant.

Il faut vraiment que j'appelle Armand !

Je m'aperçois aussi que ma mère et mon père, même s'ils sont en partie responsables de tout cela, n'en sont pas coupables pour autant, et qu'ils ont vraiment essayé, sur le coup, de faire les meilleurs choix. Ils ont tellement souffert eux aussi, l'un comme l'autre, et ont fait face à tant de douleur, de chagrin, de colère et de regrets. Qui est fautif ? À qui en vouloir ? Cette question est-elle vraiment importante ?

La réponse est non, j'imagine. Je pressens que chercher un coupable à tout prix m'empêche de lâcher prise. Ce qui est fait est fait et ne pourra jamais être défait. Alors à quoi bon continuer à en vouloir à l'un ou à l'autre ? Qu'est-ce que ça m'apportera de bien ? Rien.

Peu à peu, je m'apaise presque complètement. Jo avait raison. Ça ne sert à rien de se dire que tout va bien, parce qu'on sait bien que c'est faux, au fond. Il vaut mieux se demander : « Qu'est-ce que je ressens ? Pourquoi est-ce que je ressens ça ? Qu'est-ce que ça veut dire ? », même si c'est plus difficile. Dans mon cas, je crois que la clef est dans la compréhension de mes mécanismes émotionnels (sur lesquels je n'avais jamais, mais alors JAMAIS réfléchi avant). Je crois aussi que je pourrais mieux lâcher prise en ne jugeant pas mes parents, en ne me disant pas qu'« elle ou il aurait dû dire ou faire ça ». Nous traversons tous les mêmes difficultés, nos émotions sont universelles : tout le monde a déjà ressenti de la jalousie, de la tristesse, du désespoir, qu'importent leurs causes. Tout le monde a déjà pris de « mauvaises » décisions sous le coup de la colère,

comme ma mère. Tout le monde blesse, juge, se trompe, est blessé. Et interpréter tout ça avec seulement le petit bout de sa lorgnette personnelle est finalement source de souffrance.

Alors que je réalise tout cela, mes sens, jusqu'alors focalisés sur mon état intérieur, me disent que la nuit est tombée et que je meurs de faim. Un peu ankylosée d'être restée assise par terre, je finis par me lever et par récupérer sur la table basse les vivres que Jo m'a laissés.

Mon dîner terminé, mes sens me font de nouveau signe que je suis épuisée. Trop de nuits passées à ressasser et trop d'émotions fortes ont eu raison de ma résistance physique. Comme il n'y a pas grand-chose à faire ici mis à part dormir, lire ou réfléchir, je finis par me poser sur le lit, avec un livre trouvé sur l'étagère, *L'Essentiel du bouddhisme*. Je ne connais pas, mais ça a l'air intéressant.

Je me réveille le lendemain, avec le livre ouvert à la page douze toujours sur ma poitrine. Je ne me souviens pas de ce que j'ai lu, en revanche, je me sens formidablement reposée. J'ai dormi comme je ne l'avais pas fait depuis des semaines. Je regarde ma montre : sept heures. Le jour est levé depuis un moment déjà : c'est le chant des oiseaux alentour qui m'a tirée du sommeil.

Je me lève et prépare du café. Mon esprit n'a jamais été aussi… clair, limpide, serein. Et je sais exactement ce que je compte faire.

23

À neuf heures, ponctuel comme d'habitude, Jo vient me chercher, et surprise ! Les filles sont avec lui. Carole et Liz me prennent dans leurs bras, comme si elles ne m'avaient pas vue depuis des lustres. Les deux s'en veulent terriblement de ne pas avoir été au gîte quand je suis revenue de chez mon père. Liz, fidèle à elle-même et à sa culpabilité, s'excuse :

– C'est de ma faute si on est revenues trop tard de la balade. Nous sommes allées plus loin que toi, quand Jo t'y a emmenée, et nous avons même tenté une séance de méditation là-haut. Je commence à devenir accro ! Mais au moment de rentrer, je me suis trompée à un embranchement, et comme on n'avait pas de carte, on a marché pendant plus d'une heure dans la mauvaise direction. Résultat : on est rentrées à dix-sept heures et on t'a ratée de peu. On allait partir à Papeari chez ton père quand Jo est rentré et nous a dit ce qu'il savait. Comment vas-tu, ma chérie ? Comment ça s'est passé hier ?

– Ça va très bien, rassurez-vous. Ça m'a fait du bien. Je vous raconterai tout sur le trajet du retour, si vous voulez bien. Mais avant… ça tombe bien que vous soyez là, parce que je voulais justement faire un truc que j'ai lu dans un magazine un jour et que j'avais trouvé idiot à l'époque. Mais je crois que j'ai envie de le faire maintenant et que ça vous ferait du bien à vous aussi. Et puis, de toutes façons, ça ne coûte rien d'essayer.

– Ah bon ? Tu parles de quoi ?

– Venez, on redescend au *marae*.

Je rassemble mes affaires, range rapidement la cabane, prends même deux secondes pour lui dire « adieu et merci » dans ma tête, et prends le commandement de notre petit cortège jusqu'au *marae*. Jo m'examine avec curiosité.

Une fois que nous sommes arrivés, je sors de mon sac le petit carnet Moleskine que je garde toujours sur moi, avec un stylo. Et j'explique :

– Bon, ce que je vous propose de faire, c’est de noter sur une feuille tout ce sur quoi on doit lâcher prise, tout ce qu’on veut laisser ici, ne pas ramener chez nous. Le but est de concrétiser tout ça avec des mots, et ensuite de tout brûler. Je trouvais que ce lieu était parfait pour ça. On est loin de chez nous, on est sur une terre sacrée, on est toutes les trois. Ça vous dit ?

– C’est une très bonne idée, me dit Liz.

– Oui, moi aussi je veux bien le faire, ajoute Carole.

– OK. Chacune à notre tour, nous allons noter ces choses, et une fois qu’elles seront sorties de nous, nous les brûlerons. Je ne sais pas si ça marche vraiment, mais bon, on ne risque pas grand-chose…

– Est-ce qu’il faut les lire à haute voix ? interroge Carole.

– Euh… Je ne sais plus si c’était dit dans l’article.

Je me tourne vers Jo, qui nous observe, un peu à l’écart. Il répond à ma question muette :

– Faites comme vous le souhaitez… Si vous pensez que lire à haute voix peut vous aider…

– OK. Bon, on verra une fois qu’on aura écrit tout ça, non ?

– D’accord.

Nous consacrons l’heure qui suit à coucher sur le papier tout ce que nous souhaitons laisser derrière nous. Liz commence, Carole suit, et je prends mon tour en dernier (on n’a qu’un seul stylo !), ce qui me permet de bien réfléchir à ce que je veux écrire. Les mots coulent tout seuls de ma tête sur le carnet. Finalement, nous décidons toutes les trois d’assumer nos écrits en les lisant à haute voix avant de les brûler. Ça fait un peu… cérémonie mystique bizarre, mais bon… je sens que ça peut nous faire du bien de faire quelque chose de symbolique.

Liz entame les hostilités en se raclant la gorge, puis déclare :

– Je décide de lâcher prise sur mon besoin de faire toujours plus et toujours mieux, au risque de m’épuiser. Je décide de lâcher prise sur les attentes que j’ai par rapport à moi-même, à mes enfants et à mon mari. Je décide de lâcher prise sur ma culpabilité, mon désir de perfection, mon désir de contrôle sur moi-même, sur mes émotions, et sur les autres. Je décide de lâcher prise sur mes angoisses de ne pas être irréprochable. Je décide de lâcher prise sur ma peur de

ne pas être à la hauteur. Je décide de lâcher prise sur tous les petits tracas que je transforme chaque jour en gros problèmes, de façon à garder de l'énergie pour ce qui importe vraiment. Je décide de lâcher prise sur tout ce qui m'éloigne de qui je suis.

Liz termine son monologue en jetant ce papier dans le petit feu que Jo a préparé dans la cavité naturelle d'une pierre, en trouvant par miracle des écorces et du bois secs. Carole et moi regardons notre amie avec émotion et tendresse. Que de chemin parcouru en quelques jours pour Liz !

Au tour de Carole de prendre la parole. Elle tremble ; on sent qu'elle est vraiment émue :

– Je ne veux plus me faire marcher sur les pieds. Je ne veux plus tout accepter des autres par peur de ne plus être aimée. Je ne veux plus me conformer aux attentes des autres au détriment de mes propres besoins. Je ne veux plus me mentir, faire semblant et me dire que tout va bien alors que je me sens mal. Je ne veux plus en vouloir silencieusement à moi-même pour mon manque de courage, à Richard pour sa trahison, à ma sœur pour son manque de compréhension, à mes parents pour… leur mort, parce que ça me bouffe de l'intérieur, même si je ne le montre jamais. Je ne veux plus regretter tout ce qui s'est passé, même si c'est dur, parce que c'est du passé et que je n'y changerai rien. Je ne veux plus céder à toutes les demandes, même les plus folles, pour ne pas rentrer dans le conflit. Je ne veux plus avoir peur d'être seule, parce que cela me pousse à accepter l'inacceptable. Je ne veux plus me cacher derrière le masque de la gentille Carole, pour éviter de me remettre en cause. Voilà.

Carole termine sa lecture mais, au moment de jeter le papier dans le feu, éclate en sanglots. Nous nous précipitons, Liz et moi, pour la consoler, mais elle nous fait un signe impérieux pour qu'on la laisse tranquille. Elle finit ainsi par se calmer, seule. Et brûle le papier, en l'observant fixement jusqu'à ce qu'il ne reste plus rien qu'une trace noire. Puis, elle vient s'asseoir entre Liz et moi, en nous prenant chacune une main et en les serrant très fort.

À mon tour de faire mon laïus. Je lâche doucement la main de Carole, m'avance vers le feu et commence :

– Je brûle ma tendance à juger faibles ceux qui montrent leurs émotions, moi

y compris. Je brûle cette exigence d'être forte tout le temps, qui me conduit à me couper de mes propres sentiments. Je brûle ce mur malsain que j'ai mis entre ma tête et mon cœur. Maintenant que je connais la vérité, je brûle avec ce papier tous les mensonges sur lesquels je me suis construite jusqu'à maintenant. Je brûle la fausse indifférence que je pensais ressentir envers mon père, et qui ne cachait qu'un vide immense et froid que je ne voulais pas voir. Je brûle la colère que je ressentais envers mon « nouveau » père et ma mère, parce que je ne comprenais pas leur situation. Je brûle mes angoisses d'être seule, et d'être abandonnée par un homme si je baisse la garde et me mets à l'aimer. Je brûle ma peur d'être déçue. Je brûle enfin tous les mensonges que je me suis racontés, qui m'ont aidée à ne pas souffrir mais qui m'ont caché mes vrais besoins. En faisant cela, j'accueille à bras ouverts la douleur, le manque, la tristesse, la peur, mais de manière plus consciente, parce que ces sentiments me permettent aussi d'accueillir et de ressentir réellement l'amour, l'amitié, l'espoir, l'engagement et le vrai bonheur.

Je brûle enfin le papier, silencieusement. Une fois la feuille entièrement consumée, j'observe Liz et Carole qui répondent à mon regard. Dans leurs yeux, je lis de la compréhension, du soulagement, de l'amitié, de la fierté, et je pense qu'elles voient la même chose dans les miens. Nous nous embrassons et nous prenons dans nos bras encore une fois. Même si c'est purement symbolique, ce que nous avons fait là ne peut que nous rapprocher, nous lier encore plus, et c'est ce que nous ressentons. Jo, lui, nous observe avec sérénité, comme d'habitude, mais avec, me semble-t-il, une pointe de satisfaction en plus.

Finalement, nous décidons de revenir au gîte, encore émues, mais le cœur plus léger et le sourire aux lèvres. C'est peut-être cliché, mais je ne me suis jamais sentie aussi… consciente, vivante. Pourvu que ça dure ! Sur le chemin du retour, je raconte ce que j'ai appris hier chez mon père : l'histoire tragique de deux personnes qui s'aimaient mais que le destin a séparées. Liz, émue, me demande alors :

– Bon, alors qu'est-ce que tu as décidé ? Que comptes-tu faire ? Tu as appelé ta mère ? Tu vas garder contact avec ton père ?

– Je vais appeler la compagnie aérienne et essayer de repousser mon retour d'une semaine ou deux. Mon père va bientôt mourir et j'aimerais vraiment faire connaissance avec lui et sa famille. Je ne peux pas partir comme ça.

– Et ta mère ? Ton boulot ? Armand ? demande Carole.

– Ma mère va aussi bien que possible vu son état, et je ne pense pas pouvoir faire beaucoup plus pour elle à Bordeaux. Elle peut attendre mon retour quelques jours de plus, même si, évidemment, il faudrait qu'elle se souvienne de moi et du fait que je suis partie…, rappelé-je tristement.

– C'est pas faux, me dit Liz.

– Et puis… vous pourrez peut-être aller la voir à ma place ? ajouté-je d'un ton un peu hésitant.

– Bien sûr.

– Mon père, lui, n'a peut-être pas autant de temps, et puis c'est pas comme si on avait trente-six ans à rattraper en quelques jours, ironisé-je. Pour le boulot, je suis censée reprendre dans quelques jours, mais je pense que Jérémie comprendra ma situation une fois que je me serai expliquée. Je prendrai un congé sans solde s'il le faut. Et enfin, pour Armand, je vais l'appeler aujourd'hui pour tout lui dire. Ça a assez duré, les secrets.

– Waouh ! s'exclame Carole. Tu as un sacré programme !

Une fois au gîte, comme nous ne voulons pas nous séparer tout de suite, nous nous retrouvons tous dans la cuisine, Jo, Denis, les filles et moi, pour préparer un délicieux *chao men*. Nous mangeons tous ensemble et expliquons à Denis tout ce qui s'est passé. Enfin, une fois le repas terminé, nous nous éparpillons un peu pour vaquer à nos occupations avant de nous retrouver le soir. Liz a promis de contacter par e-mail l'une de ses anciennes connaissances devenue avocate en droit de la famille pour aider Carole à se dépatouiller de Richard. Elle va aussi trier le gros de ses e-mails (elle doit en recevoir cent par jour !) et préparer son retour, lundi prochain. Elle aimerait également travailler sur un morceau composé avec Isadora, qui lui a laissé son clavier.

Carole, doit, elle, réfléchir à la façon dont elle va rebondir à son retour, une fois qu'elle aura vraiment quitté Richard. Et accessoirement parler à Esteban, qui revient aujourd'hui avec Isa… Comme quoi, quand on arrête de se raconter des histoires et qu'on décide de regarder la vérité en face… on pense et on agit différemment.

De mon côté, je commence par envoyer un e-mail à Jérémie, mon boss, en lui expliquant les vraies raisons de mon voyage ici. Il ne savait rien de tout cela, évidemment, et il n'a pas l'habitude que je me confie sur des sujets si intimes. C'est plus cela que ma situation en elle-même qui, je crois, peut le convaincre de me donner quelques jours de plus. Et puis je suis sûre qu'ils se débrouilleront

bien sans moi.

Ensuite, je téléphone à l'aéroport de Faa'a, au comptoir d'Air France. Évidemment, comme j'ai payé mon billet trente pour cent moins cher, il est théoriquement non échangeable et non remboursable. Mais j'ai de la chance : Denis a une très bonne amie, Angélique, qui travaille au comptoir commercial d'Air France à Tahiti, et qui réussit à échanger mon billet.

Ceci fait, j'envoie un SMS à Nadine et Rachel, en les prévenant que je reviendrai plus tard et en leur expliquant rapidement la situation (et en leur promettant de leur donner tous les détails à mon retour). Je leur demande d'informer la résidence et ma mère et les remercie également pour tout ce qu'elles font. Je leur dois une fière chandelle, il faut vraiment que je pense à leur ramener quelque chose !

J'hésite, en fait, à appeler ma mère directement. Je préfère sincèrement lui parler face à face. J'ai peur qu'elle ne comprenne rien par téléphone, surtout que la connexion n'est jamais géniale entre la France et la lointaine Polynésie : ça coupe, ça sature. Mais c'est vrai que je ne l'ai pas eue depuis longtemps. Je verrai ça plus tard de toutes façons, puisqu'encore une fois, je dois attendre que le jour se lève en France. Inutile de l'appeler à trois heures du mat' !

Enfin, dans mes urgences, je dois aussi contacter Armand. Je décide, pour la même raison que pour ma mère, de ne pas l'appeler, mais de lui envoyer un e-mail rassurant et de lui dire que je lui expliquerai tout à mon retour :

Armand,

Je sais que je te réponds tard, et je sais que tu peux tout à fait m'envoyer balader. Je le comprendrai. Je n'ai pas été totalement honnête avec toi et je m'en veux. C'est pour cela que je te promets de tout t'expliquer quand je reviendrai à Bordeaux. C'est en rapport avec mon père, dont je ne t'ai jamais parlé, et pour cause ! Il n'était pas celui que je croyais, littéralement parlant. Mais ce serait trop long de tout t'expliquer ici, et puis je préfère le faire en face à face.
En revanche, je reviendrai plus tard que prévu, car j'ai pas mal de choses à faire ici par rapport à cette histoire justement. Ne prends pas cela pour une

fuite, je ne te fuis pas. J’ai juste besoin d’un peu de temps pour faire connaissance avec mon vrai père et sa famille.
Enfin, je voulais juste te dire que je tiens à toi. Je sais que je ne suis pas facile à aimer, mais j’ai décidé de changer, parce que je m’en voudrais vraiment de te perdre à cause de névroses idiotes.
Voilà, je n’attends pas forcément de réponse, à moins que tu veuilles m’en donner une. Je te contacterai dès que j’en saurai plus sur ma date exacte de retour, c’est-à-dire au dernier moment.
Au pire, si cela ne te pose pas de problème, je viendrai directement chez toi, vu que j’ai la clef…

À bientôt.
Juliette

24

Nous sommes le vendredi 14 juillet, c'est l'anniversaire de Carole aujourd'hui et le dernier jour de Carole et Liz ici (ainsi que la fête nationale, accessoirement). Mes amies partent demain, à la première heure. Aujourd'hui, pour fêter tout ça, nous avons organisé un bon repas au gîte avec tout le monde, y compris mon père et sa famille…

Ces derniers jours ont été forts, dans tous les sens du terme. Cette semaine est passée comme une tornade, en brisant toutes mes certitudes et en faisant le ménage dans mes névroses. Comme si ce que j'avais brûlé sur ce petit bout de papier était vraiment parti en fumée. Alors évidemment, je ne suis pas (encore ?) devenue Gandhi ou Bouddha, mais j'en suis moins loin qu'il y a quelques jours. Les séances de méditation quotidiennes participent à cette évolution, mais ce n'est évidemment pas le seul changement introduit dans ma vie.

Depuis lundi dernier, je suis allée voir mon père et sa famille presque quotidiennement, sauf les deux jours où je suis partie à Bora-Bora avec Carole, Liz et Isadora, qui s'est bien intégrée au groupe, malgré la barrière de la langue et son obsession de rester à l'ombre, même si je la comprends vu sa carnation (mais… pourquoi partir à Tahiti si elle ne veut pas se mettre au soleil ?). Sa vie paraît assez rock and roll, entre son petit copain addict aux drogues et musicien, sa vie de bohème… On a l'impression de lire *Closer* quand elle nous parle de son quotidien… C'est rafraîchissant quand on l'écoute, mais en vrai, ça a l'air épuisant.

Esteban, quant à lui, a dû repartir avant-hier, un peu précipitamment. Il nous a expliqué que son agent lui avait décroché une audition pour le futur film de Clint Eastwood, et qu'il devait absolument obtenir le rôle, car ce serait un bon début pour une carrière internationale. Carole a peut-être couché avec le futur Antonio Banderas ! Je suis un peu jalouse finalement…

Ils ont fini par avoir une discussion, tous les deux. Je ne suis pas sûr qu'il le

souhaitait réellement, mais Carole, elle, en avait vraiment besoin ! Elle lui a dit qu'elle se sentait terriblement coupable d'avoir craqué avec lui (mais que la nuit passée ensemble avait été géniale…), et que c'était certainement une façon pour elle, finalement, de tourner la page de son mariage, de rendre impossible un quelconque retour en arrière. Que c'était également une sorte de fuite en avant, une façon d'éviter de se sentir seule, mais qu'elle devait vraiment travailler sur le fait d'être bien toute seule. C'est effectivement, je pense, la première étape de sa reconstruction : assumer une certaine indépendance affective, découvrir qui elle est vraiment, et non qui elle pense que les autres veulent qu'elle soit. Esteban n'a peut-être pas tout compris (je ne suis pas sûre que son niveau de français lui permette d'entendre toutes les subtilités du lâcher-prise !), mais il a bien réagi. Il a dit à Carole qu'elle était une femme merveilleuse, attentionnée et douce, qu'il avait adoré les moments passés ensemble. Et qu'ils pouvaient garder contact si elle le souhaitait… Le *latin lover* dans toute sa gloire, quoi. Carole a quand même pleuré à chaudes larmes en lui disant au revoir…

Hier, nous sommes allées à Moorea une dernière fois, et… nous avons sauté en parachute ! Je n'aurais jamais pensé faire ce genre de chose avec les filles, mais finalement, elles ont presque plus aimé que moi ! Elles me surprendront toujours ! Liz, surtout, s'est découvert une vraie passion ! Elle aurait re-sauté tout de suite si ça avait été possible, mais on devait prendre le ferry pour revenir à Tahiti… et puis ça coûte la peau des fesses !

Quant à mon père, je ne sais pas ce qui va arriver, mais j'essaie d'en profiter un maximum. La maladie, contrairement à ce qu'il redoutait, ne me fait pas peur, loin de là ; elle me pousse à apprécier chaque moment passé avec lui, même si la tristesse est là aussi, tapie, en attente, j'en ai conscience. Je découvre sa personnalité, ses proches. Il m'a fait visiter son entreprise, qui produit et commercialise des perles noires et m'a présenté toute la famille de Teani, qui m'a accueillie chaleureusement : neuf tantes, presque autant d'oncles, je ne sais combien de cousins… Moi qui n'ai jamais vraiment connu de grandes fêtes de famille dignes de ce nom et pensais ne pas en avoir « besoin », j'apprécie vraiment ces grands repas festifs. L'ambiance est chaleureuse, bon enfant. On ne s'y ennuie pas : quand les enfants ne font pas de « spectacles », Teiki et Ohana, deux oncles de Tiaré, jouent du ukulélé et des percus. Tout le monde, même les enfants, sait danser le *tamure*, la danse locale. Je m'y suis essayée, mais je ne pense pas être très douée. Les enfants, en particulier, se fichent de moi et me

disent que je bouge comme un bout de bois. Et comme la vérité sort de leur bouche, apparemment…

En tout cas, aujourd'hui, autour de la table, sont présents Jo et Denis bien sûr, Carole, Liz, Isadora, Christian (j'ai vraiment du mal à l'appeler papa… on verra ça plus tard), Teani, Tiaré, son mari Ahinui et son fils Keanu… On a même invité les autres locataires du gîte, arrivés dans la semaine (deux couples de trentenaires en lune de miel, l'un américain, l'autre finlandais), à faire la fête avec nous… Ils se sont montrés timides au début, et puis la Hinano et le vin blanc ont vite eu raison de leur réserve…

Mon père et Jo se connaissent bien et se respectent, effectivement, ça se voit à leur attitude. On dirait deux montagnes l'une à côté de l'autre : Jo est moins grand que mon père certes, mais il paraît bien plus solide, surtout maintenant. Christian semble encore plein de vitalité, malgré la maladie, je n'en reviens pas. Ça me donne de l'espoir. Même si, je le sais, il est peut-être préférable de s'attendre au pire dans ces cas-là… Teani m'a dit qu'il se battait comme un lion, mais qu'elle voyait, elle qui le connaît bien, qu'il n'était pas aussi vif que d'habitude : il a aussi ses moments difficiles, évidemment. Elle m'a confirmé que ma venue l'avait comme reboosté, mais avait aussi ravivé sa peur de la mort, car il avait un peu plus à perdre… Ce n'est jamais simple : le mauvais et le bon viennent toujours ensemble, et accepter les deux demande une sacrée force. Mais c'est effectivement la seule façon de vivre les choses pleinement…

La fin du repas est chargée en émotions. Nous nous retrouvons entre nous, c'est-à-dire sans Steven, Kate, Mika et Ilma, qui vont, j'imagine, reprendre la consommation de leurs mariages respectifs ! Jo et Denis font, eux, presque partie de la famille, et sont aussi émus que nous quand ils embrassent Liz et Carole, que je dois amener à cinq heures à l'aéroport demain matin pour un décollage à sept heures et quart. Ça va piquer… surtout que nous ne nous couchons pas avant trois heures.

Le lendemain, après une bonne heure et demie de sommeil (!!) et quinze minutes de route au radar, nous arrivons à l'aéroport. J'ai le cœur vraiment lourd, alors que je sais très bien que je vais revoir les filles dans une semaine. Carole, elle, va dormir chez moi en attendant que je revienne et qu'elle trouve une solution plus durable. Elle va devoir aussi s'expliquer avec Richard, ce qui justifie certainement son manque d'entrain et son gros coup de blues au moment

de passer les barrières de la porte d'embarquement. Liz, elle, va aussi reprendre le travail. Mais bizarrement, je ne me fais aucun souci pour elle. Je crois qu'elle a VRAIMENT compris ce que lâcher prise signifie. J'espère juste que ses parents le comprendront aussi. Pour l'heure, elle m'a confié qu'elle avait surtout hâte de retrouver sa marmaille : quinze jours sans les enfants, c'est très long. Sans oublier Guillaume. Évidemment. Avant leur départ, je leur passe autour du cou plusieurs colliers de coquillages. C'est la tradition ici : colliers de fleurs à l'arrivée et de coquillages au départ. J'ai le cœur vraiment gros de les voir repartir sans moi, mais je sais pourquoi je reste.

De mon côté, je vais passer la dernière semaine chez Christian, dans la chambre d'amis de leur maison, parce que mes finances commencent sérieusement à battre de l'aile, après quinze jours de lâchage complet. J'ai regardé mes comptes hier et aïe ! Le retour à la vraie vie va, je crois, commencer par l'achat de plusieurs paquets de pâtes… Mais je ne regrette rien ! Ce que j'ai appris ici vaut bien tout l'argent du monde !

25

Quelques jours plus tard…

« Il est dix heures et demie. Nous atterrissons à l'aéroport de Mérignac. Une température de vingt-quatre degrés et un ciel bien dégagé vous y attendent. Nous espérons que vous avez passé… » La voix de l'hôtesse me tire de la léthargie un peu comateuse dans laquelle j'ai fini par tomber à force de veiller. Ça y est. De retour à la maison.

Carole et Liz sont normalement là pour nous accueillir. Je dis « nous », parce que je ne suis pas seule dans cet avion. Christian et Teani sont avec moi.

Tout s'est décidé jeudi dernier. J'étais chez Christian, avec Tiaré, Ahinui et leur fils, et nous attendions que Christian revienne de sa séance de chimio à l'hôpital. Là, Liz m'a appelée. Pour me dire qu'elle avait parlé de mon père à Jérôme, l'un de ses clients et un ancien copain de fac de Richard, qui est maintenant oncologue (et, hum hum, accessoirement l'un de mes ex…). Elle a eu le nez creux parce que Jérôme lui a annoncé qu'il cherchait justement des patients dans le cadre de son programme expérimental pour soigner… le cancer de la vessie. Et enfin, qu'il acceptait de rencontrer Christian, si ce dernier se présentait avant le 31 juillet, fin du processus de sélection.

Quand Christian et Teani sont revenus de l'hôpital, Tiaré et moi-même avions affûté nos arguments pour convaincre notre père de faire le voyage. Mais nous n'avons même pas eu à négocier. Mon père avait déjà décidé, quelques jours plus tôt, de faire le voyage en France pour tenter de voir son ami, le spécialiste (une autre pointure dans le milieu médical apparemment, qui exerce à Paris). L'appel de Liz a seulement accéléré le mouvement.

À partir de là, ça n'a pas été de tout repos, car nous ne savions pas si mon père pourrait partir à temps, son médecin n'était pas rassuré par un voyage de trente-six heures. Mais mon père a réussi à le convaincre. Cerise sur le gâteau, Angélique, la copine adorable de Denis, a réussi à réserver deux places

supplémentaires sur le même vol que moi pour Christian et Teani.

Les adieux à Tiaré, Denis et Jo ont été difficiles. Tiaré avait vraiment du mal à laisser partir ses parents, car elle n'est pas sûre de revoir son père. Quant à moi, je ne peux dire à quel point je leur suis reconnaissante de toute l'attention et le soutien qu'ils nous ont apportés. J'ai pleuré comme une madeleine (ça va finir par devenir une habitude !) en leur disant au revoir. Même si, on ne sait jamais, ils viendront peut-être nous rendre visite en métropole ! Jo, en me serrant (m'étouffant serait peut-être plus juste) dans ses bras, m'a murmuré à l'oreille la citation d'Oscar Wilde écrite sur la porte de ma chambre : « Vivre est chose rare. La plupart des gens se contente d'exister. » Je lui ai souri… et n'ai rien pu répondre, car j'étais prête à déborder de nouveau. J'avais trop de choses à dire je crois, mais je suis sûre que Jo et Denis les ont toutes comprises sans même que j'aie à les exprimer…

Le voyage a été très éprouvant pour mon père (car déjà, sa grande taille le rend assez inadapté à tout espace restreint…). Il a même failli se trouver mal au moment d'atterrir à Los Angeles, mais a finalement tenu bon.

Nous hésitons à l'emmener directement à l'hôpital de Bordeaux, mais mon père m'assure que tout va bien. Nous sommes censés y aller demain, car Jérôme doit nous y recevoir pour vérifier, avec de multiples examens, si mon père rentre dans ses critères de sélection. Il nous a prévenus au téléphone de ne pas trop espérer, car les conditions d'admission dans le programme sont draconiennes. Il suffit qu'un seul des quelque cinquante points de contrôle ne corresponde pas aux attentes pour rejeter sa candidature. Même une fois admis, rien ne dit qu'il sera sauvé… Nous sommes tous conscients de la chance à la fois extraordinaire de pouvoir passer cette sélection, mais aussi des possibilités vraiment infimes de guérir grâce à ce programme.

Les retrouvailles avec Liz et Carole sont… intenses. Ça fait à peine dix jours qu'on ne s'est pas vues, mais ça nous paraît une éternité. Elles sont aussi heureuses de retrouver mon père et sa femme. Et une surprise m'attend à la sortie : Armand ! Je n'y étais pas du tout préparée, et sur le coup j'ai bien failli paniquer en le voyant (surtout qu'il n'a pas répondu à mon e-mail…), mais finalement le sourire qu'il arbore en me voyant lui aussi balaye toutes mes craintes. Je tombe dans ses bras en l'embrassant fougueusement et franchement, je ne sais pas qui en est le plus surpris ! Je crois que je l'ai bien rassuré : la petite

explication peut attendre, surtout que Carole et Liz ont bien dû le mettre au courant de l'essentiel.

Pendant ces dix jours, mes amies n'ont pas chômé. D'abord, elles sont allées voir ma mère, qui ne les a pas reconnues tout de suite, alors qu'elle les connaît presque aussi bien que moi. Son médecin, que j'ai eu au téléphone, m'a rassurée en me disant que malgré les épisodes confus inévitables, elle allait plutôt bien globalement. Les filles ont dû lui rendre visite à un mauvais moment, je l'espère. J'irai la voir tout à l'heure, mais pour le moment, j'essaie de ne pas trop y penser.

Sinon, Liz, que j'ai eue au téléphone régulièrement, a, elle, repris le travail, et a eu une explication assez musclée avec ses parents, plus particulièrement avec sa mère, comme il fallait s'en douter. S'en est suivi un « léger froid polaire » pendant quelques jours, mais Guy a finalement pris le parti de sa fille et fait plier Geneviève. Je lui demande où ça en est maintenant.

– Oh, je crois que ma mère et mon père vont accélérer le mouvement pour nous associer au cabinet, en vue d'une transmission totale à moyen terme. Mais je pense que seul Guillaume va prendre des parts. On doit encore en discuter.

– Quoi ? Comment ça ?

– Je crois que je ne suis pas capable, pour le moment du moins, de gérer le cabinet en tant qu'associée. Et je ne sais même pas si j'en ai vraiment envie. Ces quinze jours à Tahiti m'ont fait prendre conscience que je peux faire plein d'autres choses, de la musique déjà, mais pas seulement. J'ai besoin de lever un peu le pied. On a discuté avec Guillaume, et il pense qu'il est tout à fait possible de renforcer nos effectifs et de changer l'organisation pour que je puisse me mettre à quatre-vingts pour cent assez rapidement. Surtout que l'on va mettre un point d'honneur à pousser certains clients malhonnêtes vers la sortie. Même si je ne souhaite plus m'y investir à deux cents pour cent comme avant, je ne veux pas perdre le cabinet en gardant des brebis galeuses… C'est pour ça qu'on attend un peu avant d'embaucher, pour voir quel volume d'affaires on perd exactement…

– C'est génial ! Je suis fière de toi !

– Et attends, ma métamorphose en « bobo-hippie-en-recherche-de-sens-à-sa-vie » n'est pas finie ! En octobre, Isadora vient passer une petite semaine chez nous. Je crois qu'avec son copain, ça ne va vraiment pas… On va en profiter pour composer et jouer. Et l'été prochain, on a déjà décidé avec Guillaume de

partir avec les enfants en Indonésie, à Bali ! Ça va être génial de passer enfin du temps tous les 4…

Carole a aussi eu sa part d'émotions fortes, comme elle me le disait au téléphone il y a quelques jours. Quand elle est rentrée à Bordeaux, elle est d'abord passée chez moi, pour s'y reposer avant d'affronter son futur ex-mari. Le lendemain de son retour, avec Liz et Xavier, son frère, elle est retournée chez elle, notamment pour récupérer ses affaires. Richard n'y était pas, mais le salaud avait fait changer toutes les serrures ! Seule une enveloppe, scotchée sur la porte d'entrée, attendait Carole. Richard lui disait qu'elle ne devait pas remettre un pied chez lui, qu'il allait lui en faire baver, etc. Je trouve cette réaction vraiment bizarre, dans la mesure où il ne sait pas vraiment pourquoi elle est partie, vu qu'ils n'en ont pas encore parlé. Même si effectivement Carole a complètement craqué en partant sans rien dire et en prenant la moitié de la caisse, c'est à la base à cause de SON infidélité qu'elle a réagi ainsi. Il n'a vraiment honte de rien !

Elle a dû faire appel à un serrurier que Xavier connaissait pour faire ouvrir la porte d'entrée (Xav est un spécialiste pour perdre ses clefs. Du coup, il ne ferme plus chez lui). Une fois l'entrée libre, ils se sont vite aperçus qu'il n'y avait plus grand-chose à prendre… Richard avait fait le ménage ! Il ne restait plus rien des affaires de Carole ! Il avait même jeté tous ses carnets de croquis, son ordinateur… En voyant ça, évidemment, elle s'est encore une fois effondrée. Heureusement que Liz et Xavier étaient là…

Carole me disait que sur le coup, ça l'avait dévastée, mais qu'en fait, elle était aussi un peu soulagée (sauf pour les croquis). Elle lui avait pris de l'argent… il avait pris toutes ses affaires. Il l'avait trompée… elle avait couché avec Esteban. Pour elle, ils étaient quittes. Je lui ai dit que pour moi, elle devait quand même s'expliquer avec lui. Carole n'en avait pas envie, ce qui est compréhensible, mais elle a fini par se ranger à mon avis. Cependant, il refuse tout contact…

En sortant de l'aéroport, Carole m'annonce aussi que sa sœur a accouché il y a deux jours et me raconte sa visite à la maternité alors que nous nous dirigeons vers le parking pour récupérer la voiture :

– La petite est absolument adorable : elle ressemble beaucoup à sa mère…
– Oui, j'imagine. Espérons qu'elle n'hérite pas aussi de son caractère…

– À propos, ma sœur s'est montrée vraiment gentille avec moi. Je ne sais pas si c'est l'accouchement qui a mis le bazar dans ses hormones, mais elle m'a dit qu'elle était contente que j'ai quitté Richard, parce qu'il ne me traitait pas bien… et qu'il n'aurait pas fait un bon père. Elle m'a même dit : « Tu es encore jeune ! Tu peux trouver quelqu'un d'autre ! »

– Waouh ! Ah oui, dis donc, la maternité l'a transformée !

– Peut-être qu'elle n'a pas si mauvais fond que ça, finalement. J'imagine qu'il faut l'accepter telle quelle. Et puis elle m'a donné une petite nièce si mignonne ! En plus, je lui suis reconnaissante d'avoir demandé à Xavier d'être le parrain. Ça peut les rabibocher un peu, ces deux-là…

Nous arrivons chez moi. J'ai prévenu, au cas où, le docteur Trussard (le fameux voisin du dessous) de l'arrivée de mon père. Il est vraiment adorable, car il profite de sa pause déjeuner pour venir lui faire un petit check-up à domicile. Il me confirme que mon père va à peu près bien. Il est juste très fatigué par le voyage, comme il fallait s'y attendre. La visite à l'hôpital peut attendre demain, sauf s'il y a dégradation d'ici là, évidemment. J'installe donc les affaires de mon père, qui va se reposer un peu dans ma chambre avec Teani, et embrasse Liz, qui retourne travailler, ainsi que Carole, qui va s'installer temporairement chez Josy. C'est une bonne amie à elle, veuve, qui fait aussi du bénévolat, et qui lui a proposé de lui sous-louer une chambre en attendant mieux. Ce n'est pas plus mal, je pense : ça risque d'être difficile pour Carole de vivre complètement seule, donc ménager une période de transition en « colocation » est plutôt une bonne solution.

Après leur départ, je me retrouve seule avec Armand. Un peu intimidés soudain, nous nous installons sur le canapé et buvons notre café en silence.

– Merci d'être venu… Ça me fait vraiment plaisir…, dis-je, un peu hésitante.

Armand me sourit :

– Je n'aurais raté ça pour rien au monde. Tu m'as beaucoup manqué…

– Je… je voulais te dire que je suis désolée de ne pas t'avoir tout expliqué avant de partir. Je sais que tu as dû te poser des questions…

– Oui, ça c'est sûr ! Mais je me doutais que quelque chose de grave te préoccupait… Que tu le veuilles ou non, je commence à te connaître. Et je ne voulais pas te braquer en te forçant la main… Mais si tu veux, tu peux tout me

raconter, maintenant.

– Hou là ! T’as du temps devant toi ?

Armand plante son regard dans le mien et me sourit, d’un air déterminé.

– J’ai toute la vie.

– Toute la vie ?

– Si tu le souhaites.

– C’est… une demande en mariage ? demandé-je, incrédule et vaguement paniquée.

– Ça va pas la tête ? Je ne suis pas fou !

Je riposte en le fouettant avec un coussin, mais Armand réplique rapidement en me plaquant contre lui et en m’embrassant fougueusement. Je m’abandonne à son baiser. Il finit par me souffler…

– Donc, c’est fini, les hésitations ?

– Je pense, oui.

– Je peux donc te dire que je t’aime comme un fou, comme un soldat, comme une star de cinéma ?

Je pouffe malgré moi.

– Lara Fabian, sors de ce corps !

Après avoir souri comme un gamin, Armand, soudain, prend un air sérieux. Je sens qu’il aimerait plus. Et je sens que je suis enfin prête. Je finis donc par chuchoter :

– Je t’aime aussi, monsieur Armand Vignolles. Et je serais vraiment ravie de ne pas me marier avec toi pour le reste de ma vie.

26

Armand finit par partir lui aussi, non sans m'avoir promis de revenir le soir même. Je décide qu'il est alors temps pour moi d'aller voir ma mère. Mais je ne sais pas trop quoi faire concernant mon père. A-t-il envie de la voir aussi ? Est-ce que ça ne va pas trop la perturber ?

Finalement, à court de réponse, je finis par lui demander son avis :

– Christian… Je ne sais pas ce que tu veux faire, mais je vais aller voir ma mère à sa résidence…
– Et tu te demandes si je dois venir ?
– Oui… enfin, surtout, si tu veux venir…
– Je…

Il se tourne vers Teani, qui est en train de revérifier le dossier médical que l'on doit amener demain à l'hôpital :

– Chérie ? lui demande-t-il simplement.

Teani se tourne vers son mari. Ses yeux sont un peu humides, mais elle sourit quand même, d'un sourire un peu mélancolique. Je n'y avais pas vraiment pensé avant, mais ce ne doit pas être si facile que ça à encaisser pour elle… Christian est encore très attaché à ma mère, c'est flagrant, même si les années ont passé.

– Tu n'es pas venu ici que pour te soigner, non ? Ce serait bête de ne pas profiter de cette occasion pour régler cette histoire, qui attend un dénouement depuis trente-six ans.

Waouh ! On peut dire que ça, c'est la classe. La classe internationale. Cette femme est vraiment quelqu'un de bien.

– Merci, dit simplement Christian en la serrant dans ses bras.

Quinze minutes plus tard, nous roulons vers Villenave-d'Ornon. Cela fait trois semaines que je n'ai pas vu ma mère.

Dans la voiture, je préviens Christian que je préfère dans un premier temps la voir seule, notamment pour juger si elle est en état ou pas de le revoir. Vu le choc que son nom seul avait provoqué chez elle, le voir en vrai risque en effet d'être assez… perturbant. Il acquiesce. Je crois que lui aussi est très stressé.

Nous arrivons au château. Nous nous présentons à l'accueil et la réceptionniste me donne accès à la chambre de ma mère.

Mon père, lui, attend que je vienne le chercher dans la « salle de jeux », une pièce immense mais chaleureuse, baignée de soleil, où beaucoup de malades passent du temps à jouer (Sudoku, mots croisés, cartes, Pictionary…) et à faire différentes activités psychomotrices.

Dans le couloir, je croise Nadine, qui doit être allée voir ma mère, elle aussi. Je la remercie du fond du cœur pour tous ses messages. Je lui glisse aussi que je me sens coupable d'avoir laissé ma mère aussi longtemps sans nouvelles, et elle me rassure avec bienveillance : j'en avais besoin, après deux ans passés à m'occuper d'elle, et puis ma mère n'a pas eu l'air d'en souffrir, sinon elle m'aurait prévenue. Ça me fait du bien de l'entendre.

Une fois devant la porte, je prends quelques secondes pour me calmer, avant de toquer doucement à la porte et d'entrer. Ma mère ne m'a visiblement pas entendue. Elle est assise, dos à la porte, installée dans une sorte de rocking-chair devant la fenêtre, qui donne sur les jardins magnifiques du château. Sa chambre est fonctionnelle, propre, et on lui a permis de ramener ce qu'elle souhaitait pour la personnaliser, donc elle ne fait vraiment pas chambre d'hôpital. Elle sent aussi la lavande. Elle adore cette odeur et, moi, ça me rappelle mon enfance, car elle aimait bien en mettre dans les placards pour parfumer les vêtements et éloigner les mites. Elle-même est habillée simplement, avec une robe confortable mais seyante, les cheveux rassemblés en un gros chignon. Je m'approche doucement d'elle, je ne veux pas l'effrayer :

– Maman… Maman ?

Ma mère se retourne vers moi et me regarde. Sans, je crois, me reconnaître

vraiment.

– Bonjour mademoiselle ! me dit-elle en souriant.
– Bonjour maman… Tu ne me reconnais pas ?

Petit instant de flottement. Soudain, je vois le déclic dans ses yeux.

– Mais bien sûr que je te reconnais. Tu es ma fille adorée ! Tu es rentrée de l'école, ça y est ? Tu veux goûter ? Quelle heure est-il avec tout ça ?
– Non, ça va, merci maman. Je viens te voir et parler un peu avec toi. Je ne suis plus à l'école, tu te rappelles ? Je suis grande maintenant. Je suis adulte.

Ma mère a soudain un air triste et me regarde comme si elle était désolée pour moi…

– Mon bébé… c'est vrai que tu es grande maintenant. Tu vas comprendre que la vie est… cruelle. J'aurais tellement aimé… te donner plus, te protéger, tu sais.
– Mais tu m'as beaucoup donné ! Je vais très bien, réponds-je, un peu déstabilisée par le tournant que prend la discussion.
– Oui, mais tu as grandi si seule… avec moi.
– Et tu as fait de moi une femme tout à fait… convenable. Je te dois tout.
– Convenable ? répète ma mère. Tu es mariée ? Tu as des enfants ?

Celle-là, je ne m'y attendais pas. J'accuse un peu le coup.

– Euh, non maman, mais tu sais, ce n'est pas le plus important, je p…
– Si ! Tu n'as rien compris ! Les enfants, c'est le plus important ! Avant les hommes, avant le travail, avant soi-même ! Je serais morte de chagrin si je ne t'avais pas eue ! Mais je regrette…
– Tu regrettes quoi ?
– De ne pas avoir su te donner de père digne de ce nom.
– Ah bon ? dis-je doucement, histoire de la laisser dérouler le fil de ses pensées.
– Oui. L'autre, ce n'était plus possible, marmonne ma mère, comme si elle se parlait à elle-même. Et Paul… Pff… On a vite compris… ce n'était pas une bonne solution… Pourtant il m'aimait… Il a bien voulu se marier avec moi… alors même qu'il savait que…
– Que… quoi maman ?

– Je… je ne sais plus. Je ne sais plus.

Je m'agenouille près d'elle et regarde ma mère, qui, après avoir secoué la tête en répétant encore « je ne sais plus », a repris sa position initiale et se balance doucement. Elle a le regard dans le vague, comme happée par son monde intérieur.

– Paul savait que je n'étais pas de lui, n'est-ce pas ? finis-je par dire, un peu anxieuse de sa réaction.

Elle arrête soudain de se balancer. J'ai peur qu'elle refasse une crise comme la dernière fois, mais non. Elle ferme les yeux, et son visage prend un air résolu. Elle se penche vers moi et me dit, sur le ton du secret :

– Tu es mon bébé. Je t'ai portée toute seule. Je t'ai élevée. J'ai essayé de faire les meilleurs choix pour toi. Et j'ai décidé de ne pas te parler de l'autre. Parce que… parce que je… ça me faisait trop mal.
– Ça te faisait mal ?
– Oui. La douleur est là, encore. Là…

Sa main frêle pointe son cœur. J'ai les yeux embués de larmes, qui ne demandent qu'à déborder. C'est la première fois qu'elle me parle ainsi. Qu'elle me dit SA vérité.

– Je suis tellement désolée ma chérie. Si seulement la vie n'avait pas été si… bizarre.
– Oui, elle est bizarre, c'est vrai, mais quelquefois elle est pleine de bonnes surprises, n'est-ce pas ?
– Oui, bien sûr, me répond ma mère en essuyant mes larmes. Tu as été la plus belle surprise de ma vie ! Je ne le remercierai jamais assez de m'avoir permis d'être ta mère… Tu es si forte. Si belle. Tu lui ressembles tellement…
– Je ressemble à qui, maman ? À mon père ?
– Oui, évidemment. Ton père…

Elle me regarde attentivement. Ses yeux paraissent lucides, perçants même, mais son esprit, un peu embrumé, se balade entre le passé et le présent.

– Tu as les mêmes yeux, la même bouche, le même nez…

– Et je suis grande aussi.
– Oui, c’est vrai.

Elle s’arrête net après avoir dit cette phrase. Et me regarde en fronçant des sourcils. Elle a peut-être perdu la tête, mais elle « percute » encore :

– Comment le sais-tu ?
– Parce que je l’ai rencontré. Je le connais, maman.

Ça semble perturber ma mère, mais moins que je ne le pensais. Je repère quand même la télécommande pour appeler une aide soignante ou une infirmière en cas d’urgence. Mais elle semble réfléchir à ce que je viens de lui dire.

– Tu lui as parlé ? me demande-t-elle enfin.
– Oui. Il m’a raconté beaucoup de choses. Et il ne t’a jamais oubliée.

Ma mère semble rosir à cette nouvelle, mais n’ajoute rien. Elle semble juste perdue dans ses pensées et ses souvenirs.

– Tu veux lui parler ?
– Oui !

Ma mère a presque crié sa réponse, comme si elle s’était précipitée à la dire de peur que je ne change d’avis. Ou alors, elle l’a crié… malgré elle. Je ne sais pas.

– Bien. Alors, ne bouge pas. Je vais le chercher.

Quand je sors de la pièce, je reste dans le couloir, adossée au mur, et prends deux minutes pour souffler. Mais j’entends soudain qu’on appelle ma mère :

– Madame Bergson ! Madame Bergson !

Je me tourne vers la voix : c’est un infirmier ou un docteur, au vu de sa blouse blanche.

– Madame Bergson. Je suis soulagé de vous voir.

Eh oui. M^{me} Bergson, c’est moi. Aussi. Évidemment.

– Votre père s’est senti mal d’un coup. Je lui ai proposé d’appeler un médecin, mais il m’a juste demandé de pouvoir s’allonger… et de venir vous chercher.

– Oh non !

– Ne vous inquiétez pas, il va bien. Et il a de la chance, on lui a donné un lit dans une chambre vacante, le temps qu’il se remette un peu. Est-il coutumier de ce genre de choses ? Il n’a pas eu l’air de paniquer.

– Oui. Enfin, si on veut. Il suit un traitement pour un cancer de la vessie.

– Ah… je comprends mieux. Bon. Je vous amène à sa chambre.

Quelques secondes plus tard, je toque à sa porte. Christian est blanc comme un linge, mais me sourit quand je rentre. Le médecin nous salue et nous laisse.

– Désolé, Juliette. Je… j’ai commencé à me sentir un peu mal en t’attendant. Tu as pu parler à ta mère ?

– Oui. Elle veut bien te voir.

Christian déglutit difficilement, mais me répond d’un ton déterminé :

– Je me lève et j’arrive.

Malheureusement, une fois debout, sa tête tourne toujours.

– Tu as besoin de te reposer. Écoute, allonge-toi encore un peu. Ma mère va très bien physiquement. Je vais voir si elle peut se déplacer jusqu’ici. Il vaut mieux.

– OK. Je t’attends, répond mon père dans un souffle.

– J’arrive.

Et comme je m’apprête à sortir…

– Attends !

– Quoi ?

Je me retourne.

– Tu resteras avec nous ? Au cas où ?

– Oui, évidemment, si tu veux.

– Merci.

Je reviens chercher ma mère. Et me demande si elle se souvient toujours de notre discussion d'il y a cinq minutes.

– Maman ? dis-je en rentrant dans sa chambre.
– Oui ? Je t'attendais, ma chérie.
– OK. Euh… est-ce que tu peux m'accompagner ? Pour venir voir… la personne… que tu voulais… revoir…

Je ne sais pas trop comment présenter les choses.

– Bien sûr ! En plus, marcher me fera du bien.
– Super. Prends mon bras, je te soutiens.

Nous sortons de sa chambre et nous nous dirigeons vers celle de mon père. Ma mère me surprend alors en me demandant à brûle-pourpoint :

– Tu crois qu'il m'aime toujours ?

Donc, elle se souvient de tout. Et… euh… la question est épineuse. Il n'y a pas de bonne réponse, j'imagine. Je choisis la plus… proche de la réalité.

– J'en suis sûre, maman.

Ma mère sourit, et soudain, je la vois rajeunir. Ses yeux se mettent à pétiller. Sa démarche est un peu sautillante. Ses mouvements sont plus vifs. Je m'aperçois même qu'elle s'est recoiffée discrètement, en m'attendant. Bizarre. Ma mère semblait plutôt triste tout à l'heure. Et là, on dirait plutôt une midinette qui se prépare à un rendez-vous galant. Je ne l'ai jamais vue comme ça. Peut-être, dans sa tête, a-t-elle 20 ans de nouveau ?

Quand on arrive devant la porte de la chambre, je toque délicatement. Mon père répond d'un « oui » un peu guttural, comme s'il avait la gorge serrée.

Je laisse alors ma mère ouvrir la porte, à son rythme, et après quelques secondes interminables, elle le fait avec le sens du suspense, très lentement. Elle a aussi fermé les yeux. Comme si elle avait attendu ce moment toute sa vie et qu'elle le faisait durer encore et encore, mais que le regarder était trop intense pour elle. J'ai le cœur qui bat très vite, mais certainement pas aussi fort que celui de ces deux personnes qui se sont aimées et se retrouvent. Enfin.

Quand elle ouvre les yeux, ma mère retient un cri, se couvre la bouche de ses deux mains et manque vaciller. Je raffermis ma prise sur son bras. Mon père, qui a relevé le dossier de son lit pour être assis, a esquissé un geste vers elle, mais n'en mène pas large non plus, même s'il se maîtrise mieux. Il contemple ma mère. Seul son regard lui dit tout ce que les mots sont incapables de décrire.

Rapidement, je rapproche une chaise, pour qu'elle puisse s'asseoir à côté de Christian. Dès que ma mère se sent plus forte, je me cale dans un coin de la pièce, en tentant de me rendre invisible. Et je prends conscience de ce qui arrive : ce sont mes parents. Mes parents, que je vois ensemble pour la première fois de ma vie.

Après quelques secondes encore, ma mère, qui est assise et triture ses doigts sans oser regarder mon père, lève enfin les yeux vers lui et lui demande, d'une voix étonnamment ferme :

– Alors… tu nous as retrouvées ?
– Oui. Enfin, je dirais que c'est plutôt toi qui m'as retrouvé. C'est avec un de tes livres pour enfants que j'ai entendu parler de toi.
– Hum… Je savais que je n'aurais pas dû mettre de photo…, mais la maison d'édition le voulait absolument.
– Eh bien, je devrais les en remercier. Parce que s'ils ne t'avaient pas tenu tête, je n'aurais jamais su qu'Anne Bergson, c'était toi. Et que j'avais une superbe fille de trente-six ans.
– Tu as des enfants ?
– Oui. Une fille aussi. Tiaré. C'est le nom d'une fleur polynésienne. Je vis à Tahiti.
– Et tu as fait tout ce chemin pour me retrouver ?
– En partie, oui. Et aussi pour essayer de soigner ce satané cancer qui me tue à petit feu.

Ma mère a un mouvement de recul, ou de panique, je ne sais pas, mais elle se reprend aussitôt.

– Tu vas mourir ?
– Tout le monde meurt, non ? Mais oui. Je vais peut-être mourir bientôt.

Le silence se prolonge un peu. Le temps pour ma mère d'encaisser tout ça. Le

soleil, à travers la fenêtre, projette sur eux un halo de lumière, les faisant ressembler à des héros d'une pièce tragique.

– Pourquoi ? Pourquoi tu as fait ça, Christian ? Pourquoi tu ne me l'as pas dit ? Je… je croyais vraiment en nous. Je pensais avoir trouvé…

– Moi aussi, Anne. Je t'avais trouvée. Et je voulais te garder. Mais je n'ai pas été… courageux. Parce que j'étais jeune, con, lâche. Parce que je m'étais engagé aussi, avec Maria, et que je ne pouvais rompre avec elle comme ça, par téléphone. Et parce qu'après j'avais tellement peur que tu ne veuilles plus de moi si jamais je te disais que j'étais fiancé, même si je n'avais qu'une seule idée : rompre. D'ailleurs, je l'ai fait le lendemain du jour où tu es partie. C'était la raison de mon aller-retour à Menton. Et après je t'ai cherchée. Pendant des semaines. Je suis même allé voir tes parents. Ils te l'ont dit ?

– Non. Tu imagines bien qu'ils n'étaient pas très heureux de me voir avec un bébé en route, sans père… Je ne suis pas restée chez eux, d'ailleurs. Trop culpabilisants.

– Je t'ai attendue des années… J'espérais te voir arriver, comme ça, au tournant d'une rue, en rentrant dans une boutique… Et puis un jour, j'ai décidé d'arrêter de t'attendre. J'ai fini par me marier.

J'avais un peu peur que ma mère accueille très mal toutes ces révélations. Mais elle me surprend : elle semble bien les accepter, finalement. J'imagine que pour elle, avoir des réponses, même trente-six ans après, c'est important. Mais le passé reste le passé. Rien ne le changera.

– Tu es heureux ?

– Oui, je crois. Et je le suis encore plus depuis que je connais notre fille. Mais je t'avoue que j'étais étonné qu'elle n'ait jamais entendu parler de moi…

– C'est vrai. Je ne lui ai jamais parlé de toi. À quoi bon ? répond ma mère. Je t'avais rayé de ma vie. Elle porte le nom d'un autre. Je ne voulais pas qu'elle commence à te courir après, comme on court après un fantôme. Et puis, je crois que c'était une façon d'essayer de t'oublier, d'arrêter de souffrir. Même si ça n'a pas du tout fonctionné… Et que ça m'a obligé à lui mentir. Je suis… tellement désolée, ma chérie, dit-elle en se tournant vers moi.

De mon côté, je reste interdite, ne sachant trop que penser. Je sais que je devrais en vouloir à ma mère de m'avoir caché l'existence de mon père, et je lui en ai voulu. Mais… ça m'apporte quoi ? Je sais maintenant qu'elle l'a fait parce

qu’elle souffrait. Et il est toujours facile, après coup, de juger qu’une décision était idiote. Je ne sais pas moi-même comment j’aurais réagi à sa place. Je souris donc gentiment à ma mère pour l’encourager à continuer.

– En plus, une fois qu’on a mis le doigt dans l’engrenage… plus on attend, plus c’est dur de parler… On se dit que c’est trop tard, ou que ça ira bien. On essaie de se rassurer. Même si je savais qu’à un moment donné, les questions reviendraient, d’une façon ou d’une autre…

Mon père soupire, ferme les yeux, et finit par dire :

– Je n’aurais jamais pensé que tu partirais sur un coup de tête, comme ça, sans même me demander la moindre explication, ou sans me faire une crise. Et je ne pensais pas que tu étais enceinte, évidemment. Ça, je l’ai compris il y a quelques mois seulement.
– Tu m’as pardonnée ? murmure ma mère.

Christian sourit.

– Évidemment. Bon, au début, quand j’ai appris pour Juliette, j’étais un peu abasourdi et énervé, je te l’accorde, surtout que la nouvelle du cancer est arrivée en même temps. Mais au final… je n’avais rien à te reprocher, de toute façon. Je t’avais menti. Tu as fait ce qui te semblait être le meilleur choix, j’imagine. Comme moi. Nous sommes tous pareils. Nous faisons ce que nous pensons être les meilleurs choix au moment où nous devons prendre ces décisions, et il n’y a aucun moyen d’être sûr, d’en contrôler le résultat. Seul le futur peut éventuellement nous donner raison. Et sincèrement… le résultat de tout ça… est quand même bien réussi.

Mon père me lance un regard bienveillant en disant cela. Je rougis.

– Donc tu ne regrettes rien ?
– Non. J’ai passé tellement de temps à regretter. Tellement de temps à ressasser les mêmes mots, les mêmes scènes, les mêmes souvenirs. J’ai cru devenir fou. J’ai fait une dépression, j’ai noyé tout ça dans l’alcool, j’ai failli mourir plusieurs fois, accidentellement ou pas, d’ailleurs. Et je suis là, en face de toi, à discuter de ce qui s’est passé il y a trente-six ans.

Aux mots « trente-six ans », ma mère s’agite un peu. Je ne sais pas si elle est vraiment lucide, ou si elle se croit encore jeune maman. Mon père alors, lui prend doucement les mains et les caresse religieusement avec ses grandes paluches de géant.

– Je voulais te voir pour te remercier d’avoir mis au monde et élevé une fille si magnifique, intelligente, courageuse aussi. Tu sais, il en fallait du cran pour venir retrouver un père fantôme à l’autre bout du monde, et elle l’a fait. Elle tient cette détermination de toi, c’est sûr. Un vrai petit pitbull, dit-il en souriant à mon adresse.

Je lui souris en retour, émue de tant de compliments.

– Et puis finalement, tu m’as fait grandir en même temps que tu as brisé mon cœur. Je ne pensais jamais me remettre de ton départ. Et je m’en suis remis. Je ne pensais jamais te retrouver. Et tu es là. Je pensais n’avoir qu’une fille, et j’en ai deux. L’une est aussi blonde que l’autre est brune. Mais les deux sont des femmes très fortes, très droites, très intelligentes. Bien plus que moi. Un peu rebelles aussi, et qui ne se laissent pas marcher sur les pieds. Comme leurs mères.
– Donc, tu ne m’en veux pas ?
– Et toi, tu m’en veux encore ?

Ma mère prend un long moment pour réfléchir. Si long que je me demande si elle n’a pas « déconnecté ». Mais non. Elle finit par relever la tête et sourire, d’un sourire à la fois doux, triste, heureux, amoureux et irrésistible. Je l’entends répondre en chuchotant, le regard plongé au plus profond de celui de l’amour de sa vie :

– Plus maintenant que tu es là.

Épilogue

Un an plus tard

Le soleil se couche sur l'océan Atlantique. Il illumine la plage et nos invités de sa lumière chaude, presque irréelle. Je m'avance vers l'autel, vers Armand, qui me sourit doucement, et je passe en revue les personnes qui comptent ou ont compté dans ma vie, et qui ont contribué à ma construction, à ce que je suis maintenant. Certaines sont présentes, d'autres ont disparu, même si toutes seront toujours là, nichées au creux de ma poitrine, dans mon cœur, qui bat la chamade à ce moment précis.

Mon père est mort il y a presque un an. Quelques semaines seulement après avoir revu ma mère. Le lendemain de leurs retrouvailles, nous sommes allés voir Jérôme, à l'hôpital. Ses examens ont été formels. Il était trop tard pour tenter quoi que ce soit. Il était même estomaqué que mon père ait pu prendre l'avion jusqu'à Bordeaux car il était mourant. Le fait qu'il tienne debout tenait déjà du miracle. Les métastases avaient envahi ses organes, rongé ses forces, gagné la guerre. Mon père n'a pas été surpris. Il le savait, le sentait. Raison pour laquelle il avait tout fait pour venir et parler une dernière fois à ma mère. Il était prêt. Et il est finalement resté en France, lui qui souhaitait pourtant mourir là-bas, sur son île bien-aimée. Quand son état s'est vraiment détérioré (très rapidement), Tiaré a fini par nous rejoindre ici. Et Christian, notre père, s'est éteint, le 15 août, chez moi, entouré de sa femme et de ses filles, serein, le cœur en paix. Teani et Tiaré se sont ensuite envolées, après ses funérailles, en ramenant avec elles les cendres de leur mari et de leur père, pour les disperser dans le lagon, entourées de leur famille et amis.

Maman ne lui a pas survécu longtemps. Arrêt cardiaque. L'aide-soignante l'a trouvée, un matin de septembre, sur son lit, comme endormie. Elle serrait sur son cœur une photo de Christian, elle et moi, prise par Nadine ce fameux jour, qu'elle montrait à tous ceux qu'elle croisait. Ils ne se sont pas revus. Je pense que mon père a pris cette décision par fidélité pour Teani, parce qu'il sentait bien

que des sentiments très forts subsistaient de part et d'autre, et qu'il ne voulait pas avoir l'impression de tromper sa femme. Et parce que le dénouement avait enfin eu lieu, après trente-six ans d'attente.

De mon côté, je garde de ma mère l'image d'une femme aimante, qui m'a toujours soutenue, valorisée et fait passer avant tout le reste. Elle était forte, entière, droite, intransigeante même. Mais elle a totalement sacrifié son bonheur… Je ne sais pas vraiment pourquoi elle a fait ce choix, pourquoi elle a agi ainsi il y a trente-six ans, pourquoi elle a juste décidé de partir et de couper tous les ponts au lieu de demander des explications. Je sais seulement que je ne veux pas faire la même chose. Je ne veux pas vivre toute ma vie avec un regret ou un remords. J'ai compris la leçon.

Et surtout, je suis heureuse d'avoir réuni mon père et ma mère, au crépuscule de leurs vies.

Le retour des vacances a donc été difficile, bien plus éprouvant que je ne le pensais. J'ai pleuré, pleuré, bien plus que je n'avais jamais pleuré dans ma vie. J'ai été en colère aussi, contre la maladie, contre le temps qui passe, contre les corps qui rendent les armes alors qu'on les supplie de tenir encore, encore un peu. J'ai été désespérée aussi, profondément, viscéralement. Mais j'ai ri aussi. J'ai aimé. J'aime encore. J'ai ressenti pleinement mes émotions. J'ai été soulagée, aussi, je crois, quelque part. Et j'ai lâché prise. Encore. Parce que ce n'est jamais fini. Parce qu'on essaie toujours, même si on s'en défend, de revenir en arrière, de contrôler l'incontrôlable, d'arrêter l'inarrêtable.

Je ne saurai jamais ce qui ce serait passé si mes parents ne s'étaient pas séparés. Et ça n'a aucune importance. La vie est imparfaite, par essence. Elle comporte des obstacles, des difficultés, des injustices. Elle peut être cruelle. Il faut savoir l'accepter, le tolérer. Tout comme on accepte et tolère le soleil qui brille, les nuages, la pluie… On ne peut l'éviter, alors pourquoi lutter contre ?

De mon côté, j'essaie de vivre avec mes angoisses, mes névroses, même si c'est dur. Et je ne suis pas la seule.

Carole, par exemple, qui me regarde tout attendrie, comme si elle mariait sa petite sœur ou sa fille, doit vivre avec ses soucis aussi, tous les jours. Sa situation sentimentale est toujours compliquée. Richard refuse totalement de lui parler et

ne communique que par avocats interposés et lettres recommandées… Au début, elle a failli devenir folle à force de se heurter à un tel mur. Elle a fini par trouver une solution en lui écrivant une lettre longue comme le bras, pour enfin lui dire ce qu'elle avait sur le cœur, sans animosité, sans s'énerver. Juste pour s'en libérer. Elle n'a jamais eu de réponse à sa lettre. En revanche, Richard a réagi en faisant tout pour qu'elle se retrouve complètement sur la paille. Il a bien fallu qu'elle riposte à son tour, et elle a fini par balancer à son avocat l'intégralité des e-mails que nous avions sauvegardés à Tahiti. Bref, le divorce risque de prendre encore un moment avant d'être prononcé. Mais je suis super fière de Carole. Elle doit réapprendre à vivre seule et à faire ses propres choix, après avoir passé toute sa vie à d'abord se demander ce que voulaient les autres. Même si c'est difficile quelquefois, je crois qu'elle commence à y prendre goût.

Liz, elle, a mis à exécution son super plan, et elle a réussi à retrouver un équilibre. Elle continue même la méditation (contrairement à moi…). Elle ne fait plus de crises d'angoisse. Elle bosse à mi-temps, finalement, et utilise les autres cinquante pour cent de son temps à faire de la musique (elle a repris le piano, la guitare, et compose un peu), passer du temps avec ses enfants, et s'occuper d'une pépinière d'entreprises, où elle prodigue avec d'autres professionnels des conseils comptables aux jeunes entrepreneurs. Évidemment, c'est aussi bon pour son cabinet, puisqu'elle récupère pas mal de clients.

Elle et Guillaume ont déménagé, pour se retrouver à cinq cents mètres de chez nous, du côté de Latresne, quasiment à la campagne. Ils ont vendu l'hôtel particulier une petite fortune et ont pu acheter une sorte de grosse ferme restaurée avec un terrain immense, tout en mettant de côté beaucoup d'argent. Les petits étaient ravis d'avoir un immense terrain de jeu à leur portée et se sont mis illico à construire une cabane, comme dans le Lubéron. Quant à Guillaume, il s'épanouit pleinement dans son rôle de dirigeant. Enfin, les quatre partent à Bali samedi prochain pour quinze jours, un peu à l'aventure. On peut donc dire qu'ils vont plutôt bien.

Un peu plus loin, sous un pin, Isadora, de passage à Latresne, chez Liz (elles se voient régulièrement), fume clope sur clope et a opté pour un total look noir-piercings-tatouages improbable, avec une ombrelle pour se protéger du soleil. Personnellement, je l'ai surnommée Twilight, et elle rigole à chaque fois que je l'appelle ainsi. C'est vrai que son look ne passe pas inaperçu ; les enfants, eux, sont totalement fascinés. J'ai même entendu un neveu d'Armand demander à

Mattéo si Isadora n’était pas un vampire…

D’ailleurs, ça me fait penser qu’Esteban a dû rater cette fameuse audition, car il n’est pas dans le dernier Eastwood, qui sort bientôt. En revanche, j’ai appris il y a quelques jours, en comatant devant une émission sur les stars à deux heures du matin, qu'il sera certainement dans le prochain Tarantino ! Carole va pouvoir « se la péter »…

Tiaré, Ahinui, Teani et Keanu sont là aussi. Ça, c’était la surprise ! Je ne m’y attendais pas du tout ! Quand je les ai vus débarquer à Latresne, il y a trois jours, j’ai cru halluciner. Ils m’ont appelée sur Skype, et j’ai trouvé évidemment très… étrange qu’Armand soit avec eux… Ils se trouvaient tous à la porte de la maison ! Les retrouvailles ont été émouvantes. Tiaré et Ahinui profitent de ce voyage pour visiter l’Europe pendant un mois. Ils vont rester ici un moment jusqu’au départ de Teani, et visiteront ensuite Paris, Madrid, Rome, Prague, Berlin et Amsterdam. Tout un périple pour leur premier voyage. Teani doit rentrer dans quelques jours, avec le petit Keanu : elle a du travail. Mon père avait, mine de rien, le sens des affaires, et son entreprise, même après sa mort, est restée florissante.

Jo et Denis, eux, pensaient ne pas pouvoir venir pour le mariage. Mais finalement, ils ont réussi à trouver des personnes de confiance pour s’occuper du gîte en leur absence. Ils ont débarqué pour un mois, et vont aussi en profiter pour parcourir un peu l’Europe, que Jo n’a jamais visitée, avant de repartir dans leur coin de paradis.

Je leur garde vraiment une place spéciale dans mon cœur. Ce sont des amis bien sûr, mais aussi des sortes de « guides », qui ont contribué grandement à ce que je suis maintenant, et qui m’ont permis de mieux me comprendre pour prendre une partie de ma vie en main. Je leur en serai reconnaissante pour toujours…

Pour le mariage, ils m’ont amené, en cadeau, une tenue de vahiné traditionnelle et un livre de cuisine tahitienne ! Humour évidemment, puisqu’ils connaissent mon aversion pour les casseroles. Pour pouvoir manger chaque jour, j’ai seulement remplacé Farid, mon fournisseur officiel de couscous, par Issam, propriétaire de l’excellent restaurant libanais de Latresne. Car oui, désormais, j’habite (et ne cuisine toujours pas) à Latresne, chez Armand.

Avec lui, ça a été simple. Limpide même. Nous sommes très compatibles. Ça aide. Il sait que je suis indépendante, franche et compliquée. Il ne me demande pas d'être autrement.

Résultat : sans vouloir être cliché, je n'ai jamais été aussi heureuse ! Armand est gentil, intelligent, marrant, compréhensif, ouvert. Et bordélique, procrastinateur, débordé, étourdi… Mais je prends tout, le bon comme le mauvais. Même quand on s'engueule, ce qui arrive rarement heureusement, il y en a toujours un qui lâche prise, qui fait le premier pas. Parce que je crois que c'est comme ça qu'il faut faire quand on s'aime.

L'idée de nous marier est arrivée naturellement, alors que pour ma part, je m'étais toujours juré de ne jamais le faire. Je trouvais ça inutile, et même vaguement pathétique. Mais maintenant je comprends ce que l'on ressent quand on s'engage avec la personne que l'on aime et qui nous aime. Je me rends compte que je ne veux plus mettre de barrière à mon bonheur : j'essaie de vivre à fond tout ce qui se présente.

Je suis donc sur cette plage, au cap Ferret. Tout le monde (et pas que de mon côté, la famille d'Armand aussi !) est déjà pas mal pompette car le mariage à la mairie et le vin d'honneur ont déjà eu lieu. Cependant, Armand et moi voulions une cérémonie moins formelle, qui nous ressemble, dans un cadre sympa. Force est de constater que nous n'avions pas tout prévu, même si, soyons optimistes, l'objectif est atteint. Cette cérémonie nous ressemble : c'est le bordel. Déjà, le micro ne marche pas. Armand et moi-même, ainsi que Latifa (ma collègue et notre « maîtresse de cérémonie » pour l'occasion) sommes donc obligés de crier nos discours parce que sinon le vent et les vagues couvrent le bruit de nos voix. Hurler ses vœux est moyennement romantique, je vous assure, même si c'est drôle. Ensuite, les invités, encouragés par un Jérémie survolté, hurlent « alléluia ! » à chaque fois qu'on termine une phrase, ce qui provoque systématiquement un fou rire général (ils ont quand même épargné nos vœux respectifs de tout « alléluia », sauf à la fin). Enfin, les enfants, en roue libre, excités comme des puces depuis ce matin, mettent le bazar dans les fleurs et envoient du sable sur les invités, surtout sur Xavier, le frère de Carole, qui rigole comme un gamin, mais qui est fort peu mobile sur le sable avec son fauteuil roulant (les enfants sont vraiment sans pitié !). Nadine, Rachel et leurs maris se font aussi ensabler.

Pour couronner le tout, le traiteur pour le repas de ce soir est bloqué par un embouteillage… à un kilomètre d’ici.

Bref, ce n’est pas le mariage parfait. Mais si on se laisse atteindre par tous ces détails, par une si belle journée, alors quand peut-on se permettre d’être vraiment heureux ?

FIN

LES 6 CLÉS DU LÂCHER-PRISE

INTRODUCTION

Arrêter de s’inquiéter pour des choses sur lesquelles on n’a pas de prise. Réussir à faire son deuil. Changer d’attitude dans une relation orageuse. Tourner la page d’un passé difficile. Accepter que l’autre ne soit pas ce qu’on aimerait qu’il soit…

Les sujets sur lesquels on peut lâcher prise sont légion et diffèrent selon les individus, les situations, l’environnement, les enjeux… La variété des situations dans lesquelles le lâcher-prise peut être envisagé rend parfois cette notion difficile à définir, tout en nous confirmant qu’elle est incontournable. Ces mots, « tu devrais lâcher prise ! », sont même devenus une sorte de mantra moderne et semblent être aujourd’hui la solution universelle à bien des maux.

Effectivement, le lâcher-prise est bien une solution qui peut fonctionner, surtout quand on a le sentiment « d’avoir tout essayé » et que rien ne marche, quand on se sent impuissant. Mais il n’est pas si facile que ça de lâcher prise. Cela demande du courage pour regarder en soi et de la bienveillance pour accepter ses défauts ou ses angoisses. Cela nécessite aussi de prendre du temps pour y réfléchir, et nous savons que le temps est devenu plus que rare et précieux dans nos vies survoltées. Cela requiert également du discernement pour faire la différence entre l’essentiel et le superflu. Enfin, lâcher prise demande de l’énergie !

De fait, le lâcher-prise est loin d’être la solution « facile » que l’on veut bien nous faire croire. Il ne suffit pas de se dire ou de s’entendre dire « lâche prise ! » pour pouvoir le faire. C’est un premier pas d’envisager cette option, évidemment, mais la mise en pratique n’est pas si aisée.

D’abord, il est important, avant même de définir réellement le lâcher-prise, de comprendre ce qu’il n’est pas et de mettre de côté certaines idées reçues sur ce sujet.

Le lâcher-prise ne se commande pas. Vous aurez beau vous intimer l’ordre de

lâcher prise, ce n’est pas ainsi que ça fonctionne… et c’est bien dommage car ce serait tellement plus simple ! De même, personne n’a le pouvoir de vous faire lâcher prise si vous-même ne le souhaitez pas ! Le lâcher-prise est un travail sur soi, dans lequel se sentir libre d’agir est primordial.

Le lâcher-prise n’est pas non plus une solution pour ne plus RIEN ressentir. Les angoisses, la tristesse, la culpabilité, la colère, la frustration sont autant d’émotions ou de sentiments qui existent et qui existeront toujours parce qu’ils ont une utilité. Les émotions négatives sont comme des symptômes qui signalent la maladie, elles ne sont pas la maladie. Elles vous indiquent seulement où regarder pour pouvoir agir. Si vous regardez au bon endroit et que vous agissez « comme il faut », les émotions partiront d’elles-mêmes puisqu’elles n’auront plus de raison d’être. Mais il est impossible de les faire disparaître comme par miracle, sans agir durablement sur ce qui les provoque. C’est d’ailleurs quand nous essayons d’éviter de ressentir les émotions négatives que nous avons paradoxalement le plus besoin de lâcher prise.

Enfin, lâcher prise ne constitue pas non plus une solution qui permet de faire une croix sur ce qui nous gêne de manière définitive. On ne peut se dire : « C’est bon, j’ai lâché prise là-dessus, c’est réglé ! » Le lâcher-prise, comme le dit Juliette, « ce n’est jamais fini. Parce qu’on essaie toujours, même si on s’en défend, de revenir en arrière, de contrôler l’incontrôlable, d’arrêter l’inarrêtable ». Si, par exemple, vous ne pouvez avoir d’enfant, si la relation avec votre mère vous fait souffrir, il faudra vivre avec et faire un travail sur vous-même chaque jour… Dans ce domaine, rien n’est jamais réglé une fois pour toutes.

Le lâcher-prise, comme tout changement important et pérenne, n’est pas forcément facile à appliquer, et c’est la raison pour laquelle je vous propose de vous accompagner et de vous guider sur cette voie. Lorsque vous aurez réussi à lâcher prise, cela ne signifiera pas pour autant que vous serez à l’abri des aléas et des épreuves que la vie vous réserve. Vous serez cependant mieux armé pour y faire face et pourrez développer des stratégies plus constructives que l’évitement, la fuite en avant ou le déni. Vous pourrez ainsi envisager de communiquer plus sereinement, d’affronter ce qui vous fait peur, de relativiser.

Mon rôle est de vous donner des repères, des outils, des conseils pour vous permettre de lâcher prise dans les meilleures conditions. Le vôtre consiste à

comprendre et à intégrer ces outils dans votre vie quotidienne. À ce titre, certains chapitres vous paraîtront plus utiles ou plus faciles à appréhender et à appliquer que d'autres. Ce n'est pas grave. L'important est que vous trouviez dans cette partie coaching les réponses qui vous sont nécessaires pour avancer.

Ainsi, et même si les chapitres suivants ont été écrits dans un ordre qui me paraissait logique, rien ne vous force à le respecter. Vous pouvez très bien passer du chapitre 1 au chapitre 5 si vous le souhaitez. Le plus important est que vous vous appropriiez au maximum les outils et conseils que je vous propose en y projetant des choses personnelles et en comprenant ce que lâcher prise signifie POUR VOUS. Parce que tout est toujours très différent d'une personne à une autre.

Vous êtes prêts ? Alors on y va !

En pratique :

Pour lâcher prise, il faut apprendre à bien se connaître, afin de prendre conscience de ses réactions, de ses défauts, de ses angoisses, etc., et pour pouvoir agir dessus.

Le test qui suit vous propose de **« mesurer » votre capacité à lâcher prise** naturellement, de façon à faire une sorte de constat de départ, pour savoir si vous « partez de loin » ou si, au contraire, vous appliquez déjà le lâcher-prise.

Répondez donc le plus honnêtement possible aux questions suivantes. Surtout, ne vous demandez pas ce qu'il faut, selon vous, répondre, mais ce que vous feriez vraiment : ne vous mentez pas.

Vous partez en vacances demain et votre to-do list professionnelle n'a pas vraiment diminué…		
1	*	Cela fait deux semaines que ça vous angoisse et que vous bossez comme un malade pour essayer de tout faire avant de partir. Vous envisagez même d'emporter du travail en vacances.
	$	Vous vous sentez vraiment dépassé et découragé par la charge de travail et avez des difficultés à vous concentrer sur ce que vous avez à

		faire, ce qui n’arrange pas votre productivité.
	#	Vous avez déjà établi une liste de priorités et avez prévenu vos collègues et votre chef de ce qu’il resterait à faire pendant votre absence.
Vous vous disputez avec votre conjoint sur un sujet habituel. Vous avez tendance à penser :		
2	*	C’est normal, il ne veut jamais écouter mes conseils. Pourtant, Dieu sait qu’ils sont bons.
	#	C’est normal, on ne voit pas la vie de la même façon. C’est ce qui fait la richesse de notre relation. Il faut que j’apprenne à tolérer sa façon d’être, même si c’est difficile…
	$	C’est normal, parce que je me trompe tout le temps dans mes choix de partenaire : il y a toujours quelque chose qui cloche et qui finit par tout gâcher.
Vous venez d’échouer à un examen ou dans une tâche importante, malgré un gros travail personnel. Comment réagissez-vous ?		
3	$	Vous laissez tout tomber : vous vous êtes déjà planté une fois, en bossant dur en plus, donc inutile de recommencer.
	*	Vous vous en voulez terriblement et avez vraiment du mal à dépasser votre déception pour pouvoir avancer : vous n’avez pas été à la hauteur, et ça, ça fait mal.
	#	Vous avez conscience que votre préparation n’était pas optimale ou que l’objectif était vraiment difficile à atteindre. Vous le prendrez en compte la prochaine fois.
Votre frère (ou votre sœur) vous demande de faire un discours à son mariage…		
	#	Vous écrivez un discours à l’avance, mais vous vous permettez d’improviser un peu.
	$	Vous avez horreur de parler en public, votre frère (sœur) le sait ! Vous

4		vous arrangez pour faire le discours le plus court possible.
	*	C’est un vrai engagement, voire une vraie mission pour vous. Vous apprenez votre discours par cœur et le répétez des dizaines de fois avant le jour du mariage. Vous ne laissez rien au hasard.
Votre enfant est inconsolable parce que votre chien est décédé…		
5	$	C’est décidé, vous n’aurez plus d’animaux, parce que ça finit toujours comme ça, de toute façon… On s’attache, et ils meurent !
	*	Vous vous en voulez parce que sa mort aurait pu être évitée. Si seulement vous aviez fait ces vaccins qu’on vous a conseillés, ou s’il n’était pas sorti dans la rue à ce moment-là…
	#	C’est la vie ! Au moins, votre enfant aura connu le plaisir d’avoir un compagnon fidèle et attachant pendant toutes ces années…
Votre belle-mère arrive chez vous à l’improviste. C’est le gros bazar car vous n’avez pas eu le temps de faire le ménage.		
6	*	Vous n’arrivez pas à vous détendre : vous passez votre temps à ranger ou à vous excuser du désordre.
	#	Vous plaisantez sur ce problème avec elle, car vous savez que c’est loin d’être nickel… et qu’elle va forcément le voir. D’un autre côté, vous ne pouviez pas savoir qu’elle passerait vous faire une surprise !
	$	Vous faites comme si de rien n’était. De toute façon, elle ne sera jamais contente de l’état de votre maison !
Votre chef vous demande de lui fournir un travail dans un délai impossible, malgré vos objections…		
7	$	C’est impossible. Donc, vous préférez laisser cette tâche de côté. Il faudra bien que votre chef se rende à la raison quand il verra que vous ne l’avez pas exécutée.
	*	Vous travaillez jour et nuit pour atteindre l’objectif, mais négligez du coup d’autres choses importantes. Au bord de l’épuisement, vous vous faites quand même taper sur les doigts !

	#	Vous l’avez prévenu que vous ne pourriez pas tout faire. Donc, après avoir évalué le temps qu’il vous faudra pour faire ce qu’il a demandé et le reste, vous lui proposez de vous dire lui-même ce que vous devez laisser de côté pour pouvoir traiter l’urgence.
Un de vos projets importants se réalise enfin (nouveau travail, nouvelle maison…). Comment réagissez-vous ?		
8	*	Vous avez tendance à entrevoir immédiatement la suite des événements et les potentiels problèmes que cela va engendrer… ce qui ternit un peu votre joie.
	$	Vous pensiez ressentir un bonheur vraiment intense. Vous êtes un peu déçu, en réalité. Du coup, vous avez presque envie de revenir en arrière et de ne rien changer.
	#	Vous profitez de cette bonne nouvelle pour faire la fête avec ceux qui pourront partager votre joie. Il sera bien assez tôt demain pour s’inquiéter du reste.
Au boulot, on vous propose un projet très intéressant, mais cela va vous demander de travailler avec quelqu’un que vous n’aimez pas et qui se trouve être la seule personne compétente sur le sujet…		
9	$	Inutile. Vous laissez tomber le projet car vous n’arriverez pas à passer au-dessus de ça.
	#	Vous voulez d’abord en parler avec cette personne pour avoir son avis sur la question et décider de la suite. Si, déjà, vous n’arrivez pas à discuter ensemble…
	*	Vous serrez les dents et acceptez, parce que le projet est intéressant. Mais vous comptez bien imposer vos méthodes de travail.
Vous vous disputez avec votre meilleur ami pour ce qui semblait à l’origine une broutille, mais sur laquelle vous êtes persuadé d’avoir raison… Cela a fait dégénérer la situation…		
	*	Vous coupez tout lien et décidez de ne pas le revoir. S’il n’est pas capable de se remettre en question, tant pis pour lui !

10	$	Vous l’appelez pour lui dire qu’il avait raison sur toute la ligne et pour vous réconcilier. Même si, au fond, vous pensez toujours le contraire.
	#	Vous l’appelez pour lui dire que vous n’êtes toujours pas d’accord avec lui, mais que cela vous embêterait vraiment de ne plus le voir à cause de ça.

Résultats :

Vous avez une majorité de « * »

Le lâcher-prise ? C’est quoi ça ?

Alors oui, le lâcher-prise, c’est un peu comme les bonnes résolutions du Nouvel An : vous êtes motivé le 1er janvier, mais après… Face à un obstacle, vous réagissez en pensant « J’aurais dû le prévoir » et le considérez presque comme un échec personnel… tout en redoublant d’efforts pour contrôler un maximum de choses. Et ce, même si vous ne pouvez absolument rien faire pour changer la situation !

De plus, le stress est pour vous un moteur très puissant, qui démultiplie encore votre activité… afin de pouvoir « tout gérer ». Mais à quel prix ? Seriez-vous prêt à sacrifier votre santé, vos proches, votre bonheur, pour enfin pouvoir tout contrôler ?

En fait, vous êtes persuadé de pouvoir tout faire, ou plutôt de devoir tout faire. Du coup… vous êtes fiable, travailleur, perfectionniste… mais vous pouvez aussi vous montrer borné, intransigeant ou moralisateur.

Êtes-vous sûr de placer votre énergie aux bons endroits ? Ne vaudrait-il pas mieux, au lieu de tout anticiper comme vous le faites, lâcher prise, laisser faire, pour pouvoir mieux **profiter du moment présent** et saisir certaines opportunités qui ne se présenteront pas si vous verrouillez trop votre destin ?

Vous avez une majorité de $:

Vous lâchez prise… un peu trop facilement !

À première vue, vous semblez très apte au lâcher-prise. Face à une difficulté,

vous savez abandonner la partie, quitter le navire ou changer de projet très vite… Un peu trop vite, peut-être ?

Votre problème semble être que, justement, vous ne luttez pas assez. Vous abandonnez une équation difficile avant même d'essayer de la résoudre : de fait, en agissant ainsi, vous n'avez effectivement pas la moindre chance de réussir. Dès qu'un projet devient trop difficile ou qu'une situation est trop exigeante… vous « lâchez prise ». Mais ce lâcher-prise devient une solution de facilité pour éviter de prendre des risques, de défendre vos opinions, de persévérer et d'être actif. Peut-être manquez-vous de confiance en vous et avez-vous du mal à « croire » en vos compétences et aptitudes ?

Attention donc à ne pas confondre passivité et lâcher-prise. La première renforce le sentiment d'impuissance et altère encore plus l'estime et la confiance que l'on se porte. Le second permet au contraire de mieux réfléchir à la situation, de prendre du recul, d'accepter la réalité et ses limites pour **agir en « pleine conscience »**. La nuance est importante. Par exemple, une personne passive qui n'a pas compris la consigne de son chef ne lui posera pas de questions, parce qu'elle se dira que ça ne sert rien, ou parce qu'elle aura peur de passer pour une idiote. A contrario, une personne qui lâche prise acceptera sa peur de passer pour une idiote et posera quand même des questions…

Vous avez une majorité de # :

Pourquoi lisez-vous ce livre ?

Vous avez une grande capacité à lâcher prise : vous savez que vous n'êtes pas parfait, que la vie peut aussi être injuste… et vous essayez de l'accepter, avec plus ou moins de succès bien sûr, le lâcher-prise étant un travail quotidien.

Ainsi, vous savez qu'il est inutile de tenter de maîtriser tout ce qui est hors de contrôle (le temps, les autres…), ce qui vous permet de vous concentrer sur tout ce que vous pouvez réellement changer. Le réalisme et le pragmatisme dont vous faites preuve sont précieux et vous permettent sans doute de naviguer sans trop de mal dans l'océan d'incertitudes que nous traversons chaque jour.

De même vous savez **profiter à fond des moments de bonheur**, car vous avez conscience que ce sont ces instants-là qui permettent aussi de résister aux

difficultés quand elles se présentent. Ce livre vous donnera peut-être des pistes pour améliorer encore cette faculté…

- I -
PETITES DÉFINITIONS DU LÂCHER-PRISE

Lâcher prise, c’est arrêter de s’accrocher à ce qui nous fait du mal

Au sens propre, lâcher prise signifie « arrêter de s’accrocher ». Mais s’accrocher à quoi ?

Il y a finalement trois « choses » auxquelles on peut s’accrocher, trois dimensions dans le lâcher-prise, qui sont à la fois interdépendantes et propres à chaque individu.

La première dimension du lâcher-prise est émotionnelle. On a besoin de lâcher prise quand nos émotions négatives deviennent trop envahissantes, provoquent trop de douleur et nous empêchent de nous réaliser, de vivre ou de penser « normalement » (quand, par exemple, on évite de voyager parce que prendre le train ou l’avion est trop angoissant). Mais encore une fois, cela ne signifie pas que ces émotions SONT le problème. Elles ne sont qu’un signal d’alarme qu’il faut savoir écouter si on veut pouvoir l’éteindre.

La deuxième dimension du lâcher-prise est cognitive. On a besoin de lâcher prise quand nos croyances, nos pensées, notre façon de percevoir le monde sont la source de difficultés importantes. Cette dimension correspond à la façon dont notre cerveau « traite l’information » qu’il reçoit, c’est-à-dire à la façon dont on se voit et dont on envisage le monde. Comme le disait Epictète (un philosophe du début de notre ère), ce qui trouble les hommes, ce ne sont pas les événements en eux-mêmes, mais la façon dont les hommes jugent ces événements. Nous passons notre vie à essayer de donner un sens à ce qui nous arrive. Si nous sommes incapables d’arrêter d’interpréter les choses, il nous est

cependant possible de « changer de lunettes », c'est-à-dire de changer le sens que nous donnons aux événements. C'est même primordial quand on veut lâcher prise.

La troisième dimension du lâcher-prise est comportementale : c'est celle de l'action. On a ainsi besoin de lâcher prise quand nos comportements vont à l'encontre de notre bien-être à long terme. J'insiste bien sur cette notion de « long terme », car la plupart des stratégies d'évitement que l'on met en place fonctionnent bien à court terme (c'est la raison pour laquelle on en est dépendant, d'une certaine façon). Mais elles peuvent se révéler destructrices si on les poursuit aveuglément pendant des jours, des mois ou des années. Par exemple, on voit bien que la stratégie mise en place par Juliette pour éviter de souffrir (ne pas s'attacher) peut fonctionner à court terme, ou dans certaines situations, mais compromet son épanouissement si elle fait ça tout le temps. **De plus, lâcher prise n'est pas une fin en soi. C'est seulement la première étape d'un changement.** En effet, contrairement à ce que l'on peut penser, le but du lâcher-prise n'est pas forcément de ne rien faire, de tout laisser couler, mais bien de prendre du recul pour avoir une vue d'ensemble, pour, peut-être, CHOISIR de ne rien faire si on pense que c'est la meilleure option.

Tout au long de cette partie coaching, nous essayerons donc d'appréhender ces trois dimensions – émotionnelle, cognitive et comportementale – et les envisagerons « séparément », pour des raisons évidentes de méthode. Toutefois, dans la vraie vie, les trois vont toujours ensemble, dans une sorte de cycle sans fin : il est difficile de les isoler. Si vous n'arrivez pas à lâcher prise sur votre travail par exemple, c'est parce que premièrement, vos angoisses sur le sujet sont fortes, deuxièmement, qu'elles viennent de croyances très ancrées en vous du type « je ne peux pas me permettre de faire d'erreurs » et, troisièmement, qu'elles entraînent chez vous un comportement de contrôle incessant… ce qui va renforcer vos angoisses, etc.

Cependant, si l'on souhaite se montrer optimiste, cela signifie aussi que vous avez trois « **portes d'entrée** » pour tenter de lâcher prise et changer quelque chose : vous pouvez vous concentrer sur vos émotions, sur vos pensées ou sur vos actions. En effet, toute modification sur un seul facteur en entraînera forcément sur les deux autres… comme dans toutes les boucles qui s'autoalimentent.

On pourrait ainsi définir le lâcher-prise comme le fait de **« casser » ce cercle vicieux**, en y introduisant un petit espace de réflexion pour ne pas continuer à tourner à l'aveugle et pour ne plus être l'esclave de ses pensées, de ses émotions et de ses comportements négatifs.

Lâcher prise, c'est ne pas (se) demander l'impossible

Vous l'aurez donc compris : lâcher prise, ce n'est pas abandonner, se laisser aller, se résigner à ne rien pouvoir changer. Bien au contraire ! C'est d'abord prendre conscience de ce que l'on peut **réellement changer** pour pouvoir agir plus efficacement, en arrêtant de dépenser son temps et son énergie à lutter contre ce qui est inéluctable ou hors de contrôle.

Si, de fait, nous devons abandonner quelque chose pour pouvoir lâcher prise, c'est bien cette illusion de contrôle, voire d'omnipotence, qui est chevillée à notre corps, et qu'on entretient soigneusement parce qu'elle nous rassure. Car en réalité, ce qui serait vraiment rassurant, ce serait plutôt de nous dire l'inverse : nous ne pouvons ni tout contrôler ni tout maîtriser ! Il est donc bon, peut-être, de nous rappeler que nous sommes seulement des êtres humains, et que les connaissances, les savoir-faire, les aptitudes incroyables dont nous pouvons faire preuve ou les outils de plus en plus perfectionnés que nous utilisons ne peuvent repousser toutes les limites. Il est par exemple illusoire au quotidien, dans notre travail, de vouloir terminer TOUT ce que l'on a à faire avant de rentrer à la maison. Il est même probable que travailler vingt-quatre heures par jour, sept jours sur sept, ne suffirait pas pour traiter tous les e-mails, terminer tous les dossiers, appeler tous ceux que l'on doit joindre, aller à toutes les réunions auxquelles on doit assister, régler tous les problèmes, etc. Vouloir tout faire dans ces cas-là, c'est s'exposer au mieux à du stress, au pire à un gros burn out bien carabiné. Notre corps, lui, connaît bien ses limites. C'est juste qu'on ne prend pas le temps de l'écouter. Il nous faut donc prendre conscience de certaines de nos limites et être conscient de ce que l'on est capable, ou non, de faire.

Lâcher prise, c'est accepter ce que l'on ne peut pas contrôler

La difficulté à lâcher prise prend souvent sa source dans notre difficulté à

définir de manière claire ce que nous pouvons ou non contrôler. Car si lâcher prise, c'est réussir à accepter ce sur quoi nous n'avons aucune prise, alors il faut avoir une vision claire de notre marge de manœuvre pour arrêter de lutter contre tout ce qui ne dépend pas de nous.

Finalement, la question est la suivante : que peut-on réellement contrôler ? Que ne peut-on pas contrôler ? Sur quoi lâcher prise, exactement ?

La réponse est simple : on ne contrôle pas grand-chose. Le seul élément que nous pouvons à peu près maîtriser (et encore, pas tout le temps), c'est nous-même. Et même là… Les dernières études sur le cerveau et sur la biologie montrent que nous ne contrôlons pas notre corps et notre cerveau, mais que, d'une certaine façon, ce serait plutôt l'inverse.

Pour vous donner un exemple, nous ne contrôlons pas nos envies. Nous pouvons refuser de céder à une envie, ou y céder. C'est tout. Pouvoir contrôler nos envies signifierait faire le choix d'avoir ces envies. Mais tous ceux qui ont déjà fait un régime savent qu'ils NE FONT PAS LE CHOIX d'avoir envie de cette glace chocolat caramel aux noix de macadamia grillées. L'envie naît, et ils ont seulement le choix d'y céder ou pas. Et encore, tout dépend de leur état émotionnel, de la marque du chocolat, du nombre de personnes autour d'eux, de l'insistance du vendeur, etc.

Faut-il alors lâcher prise sur tout, puisqu'on ne contrôle presque rien ?

Que puis-je faire, maintenant ?

C'est finalement, je pense, la **question** centrale que vous pouvez vous poser et qui vous aidera à lâcher prise dans beaucoup de situations.

La notion de **moment présent** est très importante à comprendre, car cela permet de se détacher du passé et de ne pas trop angoisser pour l'avenir (ce dernier étant la source de beaucoup, beaucoup de stratégies frénétiques de contrôle).

Imaginez : l'entreprise dans laquelle vous travaillez ne va pas bien. Ses résultats ne sont vraiment pas fameux sur les deux dernières années, et vous avez peur d'être sur la sellette, car vous-même n'avez pas été super performant

pendant le dernier trimestre. Des rumeurs courent. Ça vous angoisse beaucoup, parce que vous avez une famille à nourrir, un emprunt à rembourser, etc. En plus, ça vous énerve, parce que vous avez le sentiment d'avoir consacré vos meilleures années à ce boulot… pour quoi au final ? Être viré au bout de quinze ans, alors que vous auriez pu, si ça se trouve, devenir un architecte renommé, comme dans votre rêve d'enfant, et être vraiment épanoui au lieu de trimer dans cette boîte de m…

Dans cet exemple, les émotions négatives viennent en grande partie de votre représentation du passé (« je n'ai pas exploité tout mon potentiel et c'est dommage, j'ai gâché ma jeunesse dans cette boîte… ») ou de votre anticipation d'un avenir encore incertain (« je vais être viré et ne pourrai plus payer mes dettes »). Ces émotions négatives sont tout à fait normales, et il faut savoir les accepter et les écouter, parce qu'elles vous donnent des indications sur vos besoins, sur vos envies. Dans cet exemple, le besoin exprimé est d'être rassuré concernant l'avenir de l'entreprise et de votre emploi. On peut également supposer que vous aimeriez vous épanouir dans une autre entreprise, dont l'activité serait plus proche de vos goûts (l'architecture).

Cependant, ressasser ces émotions négatives vous empêche également de lâcher prise. Nous verrons plus tard comment vous **détacher de ces émotions**. Mais une autre solution pour lâcher prise, plus rapide peut-être, et plus simple à mettre en place dans un premier temps, est tout simplement de vous concentrer sur cette seule et unique question : que puis-je faire, maintenant ?

Cette question exclut tout ce qui a trait au passé. Vous ne pouvez pas faire marche arrière et revivre vos meilleures années autrement, vous n'avez pas non plus la possibilité de revenir sur six mois de performances professionnelles médiocres. Ce qui est fait est fait.

Cette question exclut aussi tout ce qui a trait à un futur incertain. Arrêtez donc de vous imaginer en train d'aller supplier votre banquier de vous accorder un délai de paiement. Vous n'êtes pas encore au bord de la faillite. Et arrêtez de rêver à une hypothétique loterie miracle qui vous sortirait de tous ces problèmes. Cela vous épargnera des nuits blanches et des songes éveillés qui se terminent en réveils douloureux.

Enfin, cette question exclut tout ce qui ne dépend pas de vous. La santé de

l’entreprise dans laquelle vous travaillez ne dépend pas seulement de vous, mais d’une myriade de facteurs. Le choix de vous licencier ne dépend pas vraiment de vous non plus, mais d’un comité d’actionnaires qui ont vu leurs dividendes baisser, ou, s’il n’y a pas d’actionnaires, d’un patron qui a déjà une image bien précise de votre travail, quoi que vous fassiez.

Cette question, « que puis-je faire maintenant ? », permet donc d’envisager des **actions concrètes**, en vous appuyant seulement sur la RÉALITÉ, c’est-à-dire votre environnement, vos capacités réelles, vos besoins et vos désirs. Ainsi, en vous demandant comment vous pouvez agir concrètement, vous abandonnez le domaine des pensées et des rêves pour celui des actions. **Cet abandon du rêve pour la réalité est l’une des facettes du lâcher-prise**. Enfin, les réponses possibles à cette question unique sont souvent nombreuses et variées, pour peu qu’on prenne le temps d’y réfléchir (ce que l’on peut faire à plusieurs, en plus) :

- Vous pouvez aller voir la direction et lui demander de vous donner des informations plus fiables que les rumeurs de couloirs. Rien ne dit qu’elle le fera, mais vous aurez essayé.

- Vous pouvez envoyer des CV dans d’autres boîtes pour prospecter le marché du travail et pourquoi pas trouver un meilleur emploi.

- Vous pouvez redoubler d’efforts pour faire en sorte que le dossier sur lequel vous travaillez actuellement soit parfait. Au moins, on ne pourra pas vous reprocher de baisser les bras.

- Vous pouvez vous renseigner sur la possibilité de reprendre des études d’architecture.

- Vous pouvez analyser les causes de votre baisse de performances et voir si vous pouvez éventuellement changer quelque chose dans votre organisation pour vous améliorer, même si cela ne garantira pas de meilleurs résultats (qui dépendent certainement de plein d’autres facteurs…). Vous serez tout simplement mieux organisé, et c’est déjà pas mal.

- Si, cependant, même en cherchant bien, vous ne pouvez trouver de réponse à votre question, c’est que vous ne pouvez rien faire, à part lâcher prise, c’est-à-dire accepter que **certaines choses ne dépendent pas de vous**.

En pratique :

Pour lâcher prise, vous pouvez tout simplement vous poser la question suivante : « **Que puis-je faire maintenant ? »** Quelquefois, il est nécessaire de clarifier un peu son esprit avant de pouvoir répondre. Je vous propose donc l'exercice suivant, sachant que sous sa forme simplifiée, seule la réponse à la dernière colonne du tableau est réellement importante.

1. Prenez un cahier ou un carnet et partagez une feuille en cinq colonnes comme ci-dessous :

Situation	**Passé révolu**	**Futur incertain**	**Désirs et besoins**	**Que puis-je faire maintenant ?**

2. Pensez à quelque chose qui vous inquiète, ou qui vous ennuie. Ce peut être le futur de votre enfant, l'état de votre couple, un dossier au travail ou la vision cauchemardesque de votre jardin à l'abandon (ce dernier exemple est très personnel…). Écrivez tout ce que vous pensez de cette situation dans la première colonne (« Situation »).

3. Essayez de déterminer, comme je l'ai fait dans l'exemple, ce qui est attaché à un passé révolu et donc inchangeable et notez-le dans la deuxième colonne (« Passé révolu »).

4. Déterminez ensuite ce qui est attaché à un futur incertain, dans la colonne « Futur incertain ».

5. Examinez vos émotions et essayez de déterminer ce qu'elles vous disent de vos envies ou de vos besoins.

6. Enfin, répondez à la question de la dernière colonne, en essayant de faire en sorte que les actions trouvées répondent si possible aux désirs et besoins de la quatrième colonne…

7. Faites tout de suite l'action qui vous semble, au choix, la plus facile, la plus pertinente ou la plus efficace. Faites-le maintenant et concentrez-vous sur

cette seule action. Évitez d’en mettre plusieurs en chantier. Restez focalisé sur l’instant présent.

- II -
REDÉFINIR L’ESSENTIEL

Lâcher prise nécessite de savoir, avant toute chose, ce qui est essentiel pour nous, et ce qui l’est moins, pour pouvoir déterminer ce qui est prioritaire (ce pour quoi on va lutter, s’accrocher) de ce qui est secondaire (ce sur quoi on peut lâcher prise).

Qu’est-ce qui est essentiel pour nous, en tant qu’êtres humains ?

Une fois la question des besoins vitaux réglée (boire, manger…), il apparaît bien vite que l’essentiel, pour nous, en tant qu’êtres humains, est de **donner un sens à notre vie**, c’est-à-dire de trouver ce qui va nous rendre épanouis, heureux, sereins. Le problème, justement, est que l’on ne se demande pas tous les jours : « Quel est le sens de ma vie ? » En conséquence, on le perd de vue.

Peu d’individus réfléchissent vraiment au sens de leur vie. Pour quelle raison ? Parce que c’est un sujet souvent lié à des considérations religieuses, spirituelles ou philosophiques, qui demande une réflexion profonde et une grande capacité d’introspection. Autrement dit, ce n’est pas le sujet sur lequel on va se pencher après une journée exténuante ou entre deux dossiers au boulot !

Cependant, cette question revient de façon constante à notre esprit, sous une forme déguisée. Le métier que l’on veut faire ou que l’on exerce déjà, les projets personnels dans lesquels on se lance, les personnes que l’on côtoie, les sacrifices que l’on consent… Tous ces éléments témoignent de façon détournée ou flagrante de la recherche vitale de ce sens, de façon presque inconsciente. Le sens que nous donnons à notre vie n’est donc pas une question stérile réservée aux débats d’une certaine élite intellectuelle, mais un besoin impérieux que nous tentons tous de combler, sans parfois en être conscients…

Cette recherche de sens peut sembler assez abstraite, mais nous pouvons en fait donner du sens à notre vie au quotidien de manière simple et concrète : en définissant nos priorités.

Établir des priorités

Le plus important est donc d'établir des priorités et, si vous ne voulez pas vivre avec des regrets, de les respecter : qu'est-ce qui donne le plus de sens à votre vie ? Vos enfants ? Votre passion ? Votre travail ? Qu'êtes-vous prêt à sacrifier pour respecter ces priorités ? Que risquez-vous à faire ces sacrifices ? Tous les jours, nous nous posons ces questions. Peut-être avez-vous déjà, par exemple, refusé une promotion importante. Vous vous êtes du coup assis sur une sacrée augmentation, mais vous l'avez fait parce que vous aviez envie de voir vos enfants plus de trente minutes par jour.

Évidemment, ces priorités peuvent changer : nous n'avons pas les mêmes projets à 20, 30, 40 ou 50 ans. Par exemple, les enfants étaient sûrement votre priorité quand vous aviez 30 ans, mais maintenant qu'ils sont partis de la maison, vous pouvez consacrer plus de temps à votre passion de toujours : le vélo, le golf, la peinture, les voyages… Établir des priorités ne signifie pas graver les choses dans le marbre. Il s'agit seulement d'être conscient que « si je fais le choix de faire ceci ou cela à un moment donné, c'est pour telle raison, parce que cette raison donne du sens à ma vie ». Cela permet justement de lâcher prise sur le reste… parce qu'on sait que c'est moins important.

En pratique :

Ce qui compte, au-delà du fait de vous demander ce que sont vos valeurs et ce que vous souhaitez être, ce qui est un sujet vraiment complexe, c'est d'essayer de faire les choix qui vous correspondent le mieux au moment où ils se présentent.

En effet, vous donnez du sens à votre vie chaque jour, en prenant des centaines de décisions les unes après les autres. Certaines sont plus importantes que d'autres, certes. Mais enfin, sur le coup, vous vous dites rarement : « En prenant cette décision, j'engage toutes mes valeurs et je remets en cause tout le sens de ma vie… » À moins que vous n'ayez vraiment que ça à faire à ce

moment-là !

Il faut donc avoir un « **outil de prise de décision** » simple, qui vous permettra de déterminer vos priorités plus facilement, en vous posant quelques questions essentielles.

Ainsi, quand vous êtes face à une décision (importante), posez-vous les questions suivantes. J'ai repris ici l'exemple de la promotion. Imaginez donc que l'on vous propose une promotion, et que celle-ci implique du travail supplémentaire, mais aussi une augmentation de salaire substantielle.

1. Si j'accepte cette promotion, qu'est-ce que je gagne ?
   De l'argent, du prestige, des responsabilités, de la reconnaissance de la part de la boîte…

2. Parmi tous ces gains ou avantages, quel est celui qui est vraiment décisif, qui me pousserait le plus à accepter ?
   Avoir plus d'argent.

3. Si j'accepte cette promotion, qu'est-ce que je perds, sacrifie, ou regretterai ?
   De la tranquillité d'esprit, du temps avec ma famille, du temps pour ma passion…

4. Parmi tous ces sacrifices, lequel m'ennuie le plus, me semble le plus important ?
   Passer moins de temps avec mes enfants.

5. Puis-je faire en sorte de trouver une autre solution ou un compromis pour faire cohabiter autrement les deux facteurs décisifs (l'avantage principal et l'inconvénient principal) ?
   Je pourrais demander si mes horaires peuvent être aménagés avant d'accepter. Ou je pourrais exiger de ne pas travailler le week-end/le soir après dix-huit heures.

6. (À faire si aucun compromis n'est possible) Si aujourd'hui était le dernier jour de ma vie, que souhaiterais-je faire ? Passer du temps avec mes enfants ou gagner plus d'argent ?

Il ne reste plus qu'à faire votre choix final !

Cette méthode peut sembler expéditive, mais elle a le mérite de poser les bonnes questions. C’est un moyen rapide pour prendre une décision difficile et pouvoir lâcher prise sur ce qui nous semble moins important… La phase 5 est importante, évidemment, parce que, quelquefois, on est tellement obnubilé par les deux options que l’on a à notre disposition qu’on néglige de chercher d’autres solutions.

- III -
SE DÉSINTOXIQUER DU BONHEUR OBLIGATOIRE

La dictature du bonheur idéal

Le bonheur est notre objectif à tous. C’est la raison pour laquelle, d’ailleurs, vous lisez ce livre.

Cependant, si le bonheur est un objectif assez universel, il est toujours délicat de le définir de manière exacte. Que signifie vraiment être heureux ?

Évidemment, il est impossible de répondre à cette question philosophique de manière définitive. Le bonheur est différent pour chacun de nous : pour l’un, ce sera de vivre au soleil, un autre privilégiera une famille unie et heureuse, un troisième rêvera de voyages ininterrompus… Tout le monde a sa vision du bonheur.

Cependant, il existe également une vision du bonheur qui nous influence chaque jour et qui constitue un « idéal » à suivre. C’est celle des publicitaires, des films romantiques, des contes de fées, des grandes enseignes de prêt-à-porter, des différents gouvernements, des producteurs de smartphones ou des vendeurs de voitures…

Vous savez bien que le bonheur ne ressemble pas à ça. L’inconvénient, c’est que cette vision du bonheur idéal est rentrée dans l’inconscient de tous et que même si on n’y souscrit pas totalement parce qu’on a un minimum d’esprit critique, elle exerce une pression sur chacun de nous, influence nos choix de vie, notre façon de consommer, notre vision de ce qui est beau et bon. C’est cette pression constante, cette injonction à être heureux de cette manière-là qu’il faut dénoncer et savoir remettre en cause pour lâcher prise.

Des attentes irréalistes

Le problème, c'est que **cette vision du bonheur nous pousse à avoir des attentes irréalistes** face à la vie. Nous aimerions qu'elle soit, ainsi, exempte de maladie, de douleur, de conflits, de lassitude, de pannes de voitures, de mauvaises nouvelles, de disputes… d'émotions négatives. Elle nous pousse aussi à rejeter toute sensation d'inconfort, de douleur, de malaise, tout sentiment négatif.

Malheureusement, la vie est inconfortable. C'est une succession d'obstacles, de frustrations, de contraintes, de disputes, de problèmes à résoudre. De plus, comme chacun d'entre nous a une vision du monde différente, cela entraîne des tas d'incompréhensions, de conflits, et, quoi qu'on en dise, la communication ne résout pas tout, parce qu'elle est aussi imparfaite que le reste. On ne peut être tout le temps heureux, comme dans ces publicités. En bref, la vie n'est pas parfaite et ne le sera jamais. Même sur votre île, au soleil, les pieds dans l'eau turquoise à trente degrés, vous serez gêné par ces piqûres de moustique qui vous grattent, par le coup de soleil de la veille, par ce serveur qui vous a mal parlé… Il y aura toujours quelque chose qui n'ira pas…

Accepter de ne pas avoir une vie idéale

Le but est ici de lâcher prise, de se détacher de ses attentes et de faire en sorte d'être plus ancré dans la réalité. Non pour se résigner, mais, encore une fois, pour voir concrètement ce que l'on peut faire réellement. Les rêves, les souhaits, les projections dans un futur idéal sont des sources de motivation, mais peuvent nous écraser s'ils nous empêchent de vivre réellement notre vie. Par exemple, nous rêvons tous de rencontrer le partenaire idéal, mais il n'existe pas. Faut-il donc se passer d'amour parce que cet amour ne correspond pas à ce que vous aviez rêvé ?

En pratique :

1. Écrivez sur votre carnet les détails de la vie idéale que vous aimeriez avoir. Soyez le plus précis et le plus exhaustif possible. Pensez à ce que vous aimeriez être, faire, avoir, devenir, savoir, et formulez tout cela sous forme d'objectifs (exemple : « J'aimerais être propriétaire de ma maison… »).

2. Demandez-vous ensuite, pour chacun de ces souhaits, s'il est très éloigné de votre réalité, de vos capacités, aptitudes, compétences, de ce que l'environnement met réellement à votre disposition. Bref, mesurez l'écart entre la réalité et les rêves. Réorganisez votre liste en plaçant en n° 1 le souhait qui vous paraît le plus réaliste (par exemple, « diriger le service dans lequel je travaille d'ici deux ans »), puis continuez votre classement, de l'objectif le plus réaliste à celui le plus « fou ».

3. Dressez un petit bilan : les objectifs que vous avez écrits vous semblent-ils très éloignés de votre réalité ou globalement assez proches de vos capacités et possibilités ? De manière générale, plus les objectifs sont irréalistes, plus il y a de chances que vous ressentiez beaucoup de frustration…

4. Demandez-vous également : « Ce rêve-ci est-il vraiment le mien, ou est-il dû à une pression familiale et/ou culturelle ? » Essayez de réfléchir à ce qui vous motive réellement et gardez seulement les objectifs qui vous semblent correspondre à vos motivations personnelles.

5. Enfin, trouvez pour chacun de ces objectifs la première démarche, le premier pas concret à faire pour l'atteindre. Par exemple, si vous souhaitez toujours devenir chef de votre service, demandez-vous ce que vous pourriez faire maintenant pour que cet objectif se réalise (proposer des améliorations au niveau de l'organisation du service, prendre en charge les recrues…).

6. Maintenant, agissez !

- IV -
SE DÉTACHER DE SES CROYANCES

Les croyances trop rigides sont sources de souffrance

Nos croyances (au sens large du terme ; il ne s'agit pas ici de la foi religieuse) sont l'ensemble des « règles » que l'on se donne pour vivre selon notre idéal. Elles portent sur ce que nous trouvons bien ou mal, beau ou laid, juste ou injuste, ou encore sur la façon dont nous devrions nous comporter, dont les autres devraient se comporter, ou dont le monde devrait fonctionner. Ces croyances sont diverses et variées et peuvent aller de « je dois me méfier de telle personne » à « je dois me montrer ponctuel. D'ailleurs, tout le monde devrait être ponctuel ».

Ces croyances concernent donc ce que l'on pense devoir être ou devoir faire. Elles sont souvent enracinées très profondément dans notre personnalité, surtout quand elles répondent à des peurs ou à des angoisses (peur d'être rejeté, peur d'être lésé, peur de manquer de contrôle…). Elles sont modelées par notre culture, notre éducation. Ces croyances, ces règles peuvent être souples ou rigides. Mais, de manière générale, plus elles sont rigides, plus elles risquent de provoquer un comportement inadapté à l'environnement, et donc de la souffrance pour l'individu et parfois pour son entourage.

Par exemple, Carole pense qu'elle doit se montrer tout le temps « gentille » avec les autres, parce qu'elle a très peur du conflit, du rejet. Cette croyance n'est pas négative de façon intrinsèque : être gentil, c'est bien ! Mais quand cette croyance provoque de la souffrance, son « application pratique » doit être assouplie. Que signifie concrètement « être gentil » ? Est-ce que cela implique de céder à toutes les demandes ? de ne jamais faire part de son opinion ? de se sacrifier systématiquement pour les autres ? N'est-il pas possible de rester « gentil » en communiquant ses besoins, ses limites ou ses désaccords ?

Lâcher prise, c’est savoir se détacher de ses croyances pour **mieux s’adapter à la réalité**, pour minimiser les souffrances.

Les injonctions qui empêchent de lâcher prise

Chacune des personnalités de Carole, Liz et Juliette repose sur une croyance particulière, que l’on retrouve, avec plus ou moins d’intensité, en chacun de nous.

La croyance principale de Carole, qui explique nombre de ses comportements, peut être résumée par l’injonction : « Fais plaisir ! » (ou : « Je dois faire plaisir aux autres, parce que si je ne leur fais pas plaisir, ils ne m’aimeront plus et me rejetteront. »)

La croyance principale de Liz est la suivante : « Sois parfaite ! » (ou : « Je dois tout maîtriser, me montrer à la hauteur des attentes, car on attend de moi la perfection. »)

La croyance principale de Juliette, enfin, est : « Sois forte ! » (ou : « Je n’ai besoin de personne et ne peux montrer de faiblesse. Mes émotions sont des faiblesses. »)

Encore une fois, **ces croyances ne sont pas « mauvaises » en soi**. Si on les suit, c’est qu’à un moment donné, elles nous ont été utiles pour avancer, nous protéger d’un « danger », apaiser une peur, une souffrance, ou parce que c’est un exemple que l’on nous a donné et que l’on a suivi. Elles constituent souvent des moteurs puissants au quotidien, des sources de motivation, une certaine déontologie. Elles représentent aussi l’image de soi que l’on veut donner aux autres, et il n’y a rien de répréhensible dans le fait de vouloir se montrer gentil, parfait ou fort. Tout dépend du degré de rigidité de ces injonctions et des comportements plus ou moins adaptés qui en découlent.

Le problème, c’est donc que l’on a tendance à obéir aveuglément à nos croyances, sans les questionner. À certains moments, on sent pourtant bien que ça coince, que le comportement que l’on a n’est pas adapté à la situation, que ça provoque en nous (ou chez les autres) de la souffrance, de la gêne, des émotions négatives, des disputes…, mais on continue à croire ce que nos

conditionnements nous disent.

Remettre en cause ses croyances, c’est en prendre conscience et questionner leur utilité ou leur pertinence à un instant T, dans une situation précise.

En pratique :

1. Pensez à une situation où vous vous êtes disputé avec quelqu’un, ou qui a provoqué chez vous des émotions négatives.

2. Réfléchissez à la croyance, à l’injonction qui a motivé votre comportement dans cette situation. Souvent, cette injonction commence par « je dois » ou « il faut ».

3. Demandez-vous si cette croyance est adaptée à votre réalité immédiate. Essayez de voir les conséquences réelles si jamais vous ne lui obéissez pas. Sont-elles si catastrophiques ? Cette croyance vaut-elle de provoquer un conflit ? Mérite-t-elle vraiment de vous mettre dans un tel état d’énervement, de souffrance et de frustration ?

- V -
MAÎTRISER SON STRESS POUR LÂCHER PRISE PLUS FACILEMENT

Lâcher prise, c'est réfléchir sur soi, pour pouvoir **prendre de la distance avec ses états intérieurs**, dédramatiser certains événements, reconsidérer ses priorités et ses attentes, etc. Ça demande donc de l'énergie, et du temps pour réfléchir. L'état de stress chronique dans lequel nous baignons au quotidien est, de ce fait, l'ennemi numéro un du lâcher-prise : il nous amène à penser qu'on a toujours mieux à faire que se poser au calme pour réfléchir à ce qui nous empêche d'être bien.

Un rythme de vie effréné…

Certes, notre stress au quotidien n'a rien de comparable avec ce que vit Bruce Willis, par exemple, dans ses films d'action : là où il doit survivre à des explosions géantes, des attaques aériennes et des fusillades, nous devons, nous, nous contenter de gérer les tâches ménagères, l'éducation des enfants, les embouteillages, les tensions avec les amis, les problèmes de santé, les courses, le patron de mauvais poil, l'ado maussade, le paiement de la cantine, la paperasse administrative, la messagerie électronique, les factures…

Prises séparément, toutes ces choses sont relativement faciles à gérer (plus, en tout cas selon moi, qu'un flingue sur la tempe !). Mais c'est l'accumulation progressive, la répétition et la simultanéité de tous ces facteurs qui sont nuisibles : on n'a pas le temps de respirer et de penser à ce qu'on vient de faire qu'on doit déjà prendre une décision sur autre chose. Notre cerveau passe son temps à zapper d'une « urgence » à une autre, d'un écran à l'autre, d'une obligation à l'autre. De plus, ce rythme stakhanoviste ne cesse de s'accélérer avec « l'aide » de nos nouvelles technologies.

L’inconvénient, c’est qu’on s’habitue à vivre de cette manière. D’une certaine façon, on ne se rend même plus compte que l’on est stressé. Nous ressemblons beaucoup à cette grenouille qui ne réalise pas qu’elle va mourir parce qu’on réchauffe peu à peu l’eau dans laquelle elle baigne… jusqu’à la cuire. C’est ce que l’on appelle le syndrome de la grenouille cuite (que je n’ai pas testé moi-même si cela peut vous rassurer) : le stress s’accumule petit à petit, et ce processus progressif nous empêche d’en prendre conscience. Ainsi, comme on n’a pas conscience de notre état, on ne ressent pas le besoin de se poser pour réfléchir. Et comme on ne réfléchit pas, on ne peut prendre du recul et lâcher prise. Enfin, comme on ne lâche pas prise, on est de plus en plus stressé !

Savoir se ménager une pause dans la course du quotidien

Ainsi, quand nous sommes stressés par une surcharge de travail, nous avons tendance à :

- moins bien dormir car on rumine ce qu’on a à faire ;
- fumer pour se « déstresser » (des substances légales ou illégales, d’ailleurs…) ;
- boire de l’alcool, des boissons sucrées ou énergisantes, du café… ;
- moins bien manger (on se contente de grignoter un bout de sandwich devant l’écran de l’ordinateur) ;
- encore plus travailler, sauter les repas, etc.

Pourtant, nous le savons, tous ces comportements sont les ennemis du lâcher-prise comme de la réflexion (ce qui, on l’a vu, revient un peu au même puisque c’est la réflexion qui est à la base du lâcher-prise) et ne font qu’entretenir et intensifier notre stress.

Pour pouvoir s’investir dans une réflexion poussée (ce qui lui demande beaucoup, beaucoup d’énergie), **le cerveau a besoin de calme, de sérénité, de sommeil, d’oxygène** (favorisé par l’exercice physique), de nutriments et de beaucoup d’eau… Mais au lieu de faire cela, nous nous agitons encore plus et ne

prenons absolument pas soin de notre corps et du cerveau qui le commande.

C’est la raison pour laquelle nous arrivons mieux à lâcher prise lorsque nous sommes en vacances, loin de notre environnement habituel, comme c’est le cas de Liz, notamment. Le changement de rythme, le repos, les activités physiques, les bons repas, l’ambiance conviviale, la pression du travail qui diminue… tout cela nous aide à prendre du recul, pour éventuellement penser à des solutions que l’on ne voyait pas quand on avait la tête dans le guidon, ou pour dédramatiser ce qui nous arrive. Mais, comme Jo le dit, ce n’est qu’une pause et tout reprend dès le retour… C’est dommage.

La question à mille euros est donc la suivante : **comment savoir que l’on est vraiment stressé** quand on est comme la grenouille de l’histoire ? Comment, ensuite, arriver à sortir la tête du guidon ? Comment se mettre dans de bonnes conditions pour réfléchir, regarder en soi, et donc lâcher prise, alors qu’on a à peine le temps de dormir convenablement ?

La réponse à ces questions comporte deux étapes distinctes :

1. Il faut d’abord repérer les premiers signes physiques ou psychologiques qui indiquent que vous êtes vraiment stressé, pour éviter justement d’attendre trop longtemps avant d’agir.

2. Il est ensuite nécessaire de prévoir des solutions « coupe-stress » rapides et faciles à mettre en œuvre pour arriver à prendre cette bouffée d’air frais qui vous aidera à lâcher prise plus facilement.

En pratique :

Repérer les signes qui montrent que vous êtes (trop) stressé

Dans un premier temps, le but est de noter « à froid » les comportements que vous avez « à chaud », c’est-à-dire lorsque vous êtes stressé, pour pouvoir mieux les repérer quand ils arrivent.

Ces signes peuvent prendre plusieurs formes. Beaucoup sont notés dans le tableau ci-dessous. Vous pouvez cocher tous les comportements qui semblent vous correspondre en situation de stress (vous pouvez bien évidemment en

ajouter).

Ensuite, je vous conseille de relire régulièrement cette liste. Le vendredi en fin d'après-midi, après avoir préparé votre agenda de la semaine suivante, me semble être un bon moment, par exemple.

Si, au moment où vous relisez ces éléments cochés, au moins deux tiers d'entre eux correspondent à des comportements réellement apparus pendant la semaine qui vient de s'écouler, reportez-vous aux « solutions coupe-stress », car cela signifie que vous « filez un mauvais coton ». Et plus on se rend compte de son stress tardivement, plus il est difficile de récupérer…

Les signes qui montrent que je suis stressé et que je dois lâcher prise !	**Cochez ici**
Au niveau physique	
Je bois plus de café, d'alcool, de boissons sucrées…	
Je fume plus que d'habitude.	
Je mange moins que d'habitude, ou dans de mauvaises conditions (devant l'ordinateur, par exemple, ou en prenant une pause de moins de vingt minutes).	
Je grignote plus que d'habitude, et des aliments gras ou sucrés de préférence.	
Je dors moins bien que d'habitude.	
Je dors « comme une masse » et pourtant je n'arrive pas à récupérer, je me réveille fatigué.	
J'ai des maux de tête/de dos plus fréquents.	
J'ai des maux de ventre fréquents, accompagnés ou non d'autres symptômes (diarrhées, constipation, brûlures d'estomac, remontées acides…).	
Je ne prends pas le temps de faire du sport alors que j'en fais d'habitude.	

Je ne prends pas soin de mon physique/de mon apparence.	
J’ai une grosse baisse de libido.	
J’ai des problèmes de peau (zona, eczéma, herpès, psoriasis…).	
Je « chope » tous les virus qui traînent, je suis toujours un peu malade.	
Autres signes physiques :	
Au niveau intellectuel	
J’ai l’impression que plus je travaille et moins je suis efficace.	
J’ai du mal à me concentrer, au travail, mais aussi sur mes hobbies préférés (lecture, sudoku, peinture…).	
Je n’ai pas envie de faire quoi que ce soit, même des activités habituellement agréables.	
Mes problèmes me semblent insolubles.	
Je ramène du travail à la maison (ou plus que d’habitude).	
J’oublie des informations faciles à retenir et/ou capitales.	
Je n’arrive pas à me concentrer plus de trente minutes consécutives.	
Je regarde mes e-mails ou autre messagerie de manière compulsive.	
Si je suis quelqu’un de créatif habituellement, je manque « d’inspiration ».	
Autres signes intellectuels :	
Au niveau relationnel/affectif/émotionnel	
Je m’énerve ou je pleure plus facilement.	
J’ai des accès de découragement importants.	
Mes sensations et émotions sont « émoussées », comme ressenties à travers un filtre.	

J’annule des engagements privés (dîners, fêtes…) pour me consacrer à ce qui me stresse.	
Je dramatise des événements qui après explication peuvent sembler insignifiants.	
Je prends des décisions importantes sur un coup de tête ou je n’arrive pas à prendre de décision.	
Si je n’ai rien à faire, je rumine des pensées négatives.	
Autres signes relationnels/affectifs/émotionnels :	

Prévoir des solutions « coupe-stress »

Une fois que vous avez « étalonné », « mesuré » vos réactions face au stress, l’étape suivante est de mettre en place un « protocole d’actions » simple et efficace pour que vous puissiez faire une pause et prendre un peu de recul. Le but n’est pas de régler tous vos problèmes immédiatement, mais plutôt de **trouver des petites actions concrètes** qui vous conduiront à changer de rythme ou d’ambiance, à oxygéner votre cerveau, afin qu’il ne reste pas focalisé sur les soucis.

Ces actions « palliatives » mais essentielles diffèrent beaucoup d’une personne à l’autre.

Évidemment, vous allez vous dire : mais quand on est « à la bourre » sur du travail, n’est-ce pas contre-productif de faire une pause ? Ne devrait-on pas plutôt se concentrer encore plus sur ce que l’on doit faire ?

Eh bien non ! En temps normal, le cerveau ne peut déjà pas soutenir une activité intellectuelle importante pendant très longtemps, car cela lui demande beaucoup d’énergie. Mais il fonctionne encore moins bien si vous êtes stressé et que vous ne prenez pas le temps de manger, boire ou vous détendre ! Vous le savez : **il est parfois nécessaire de « se changer les idées »** pour pouvoir revenir à son travail plus détendu et, pourquoi pas, trouver une solution à son problème. D’ailleurs, de grands créatifs comme Philippe Starck avouent volontiers que leur meilleure muse, c’est la sieste ! Quand il est détendu, notre

cerveau est bien plus apte à faire des connexions inattendues, et donc à innover, créer…

Voici quelques idées d'activités coupe-stress. Le mieux est évidemment de les pratiquer même en cas de stress modéré ou faible, et pas seulement lors d'une grosse crise : adopter un bon rythme de vie ne s'improvise pas une fois de temps en temps…

Cochez les activités qui vous semblent attirantes et « faisables » facilement, ou trouvez-en d'autres. Notez-en une, deux ou trois sur votre agenda en cas de stress important, comme vous le feriez pour une obligation professionnelle. D'ailleurs, dans un sens, vous pouvez considérer ces activités comme des obligations professionnelles : c'est ce qui vous permettra peut-être d'atteindre vos objectifs sans trop de casse !

	La liste d'activités « coupe-stress »	**Cochez ici**
1	Aller courir, faire du sport (piscine…).	
2	Aller au cinéma, voir une exposition.	
3	Au travail, me forcer à faire une pause pour boire (de l'eau !) et me dégourdir les jambes toutes les deux heures.	
4	Déjeuner ailleurs que sur mon lieu de travail.	
5	Faire une promenade de vingt minutes pendant ma pause repas.	
6	Faire autre chose que travailler ou regarder mon smartphone quand je suis en pause.	
7	Aller dîner au restaurant.	
8	Inviter des amis à la maison (ou se faire inviter).	
9	Passer une vraie journée détente avec les enfants ou les proches, réellement profiter du temps avec eux, sans regarder ses e-mails ou son téléphone.	
10	Passer un week-end ailleurs, pas forcément à l'étranger, juste	

	ailleurs.	
11	Faire une sieste de vingt minutes.	
12	Proposer aux collègues de faire une pétanque, un molky ou autre chose sur le parking de la boîte pendant la pause déjeuner.	
13	Aller pêcher, faire un tour à moto, faire une randonnée, faire du surf…	
14	Cuisiner un bon petit plat.	
15	Commencer, continuer ou terminer le livre reçu à Noël.	
16	Faire des exercices de respiration/relaxation/méditation.	
17	Mettre la musique à fond et danser.	
18	Se donner une heure maximale pour quitter le travail (pas après seize, dix-sept ou dix-huit heures, par exemple).	
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		

- VI -
TROUVER LA BONNE DISTANCE AVEC SES ÉMOTIONS

La mauvaise réputation des émotions

Nos émotions sont universelles, incontournables et, d'une certaine façon, irrépressibles. Cependant, dans notre culture, montrer ses sentiments n'est pas toujours bien vu ou valorisé. Se montrer « fort », par exemple, signifie souvent ne pas montrer sa tristesse ou son angoisse, et les larmes sont souvent associées à la faiblesse. De même, on nous dit souvent qu'il est préférable de ne pas montrer ses émotions dans un contexte professionnel, parce que ce n'est pas « correct ».

Une autre raison qui pousse les gens à ne pas écouter ou à ne pas montrer leurs émotions est l'hypothèse que les sentiments font faire des bêtises : l'amour rend aveugle, les mauvaises décisions sont prises sous le coup de l'émotion, etc. On oppose ainsi la raison, logique, aux sentiments et émotions, illogiques voire parfois dangereux. Pourtant, les deux sont nécessaires et souvent complémentaires ! Si nous disposions seulement de nos capacités intellectuelles pour vivre (en excluant notre intelligence émotionnelle), nous serions totalement inadaptés à la vie quotidienne ! En effet, nos émotions, en nous donnant des indications sur nos besoins, nos désirs, ce que l'on aime ou pas, nous aident à prendre nombre de décisions importantes, pour lesquelles un raisonnement logique ne serait d'aucune utilité ! Nous couper de nos émotions, c'est donc nous couper d'une partie (importante) de nous-mêmes, comme le dit très bien Jo. Si vous ne ressentiez pas d'émotions, comment sauriez-vous que vous préférez Gisèle à Béatrice ? Ou la glace au chocolat plutôt qu'au café ? Feriez-vous des colonnes de « pour » et « contre », ou une équation algorithmique ?

Des émotions toutes puissantes… malgré nous

Seulement voilà : les émotions négatives comme la colère, la culpabilité, la jalousie, l'anxiété, la honte… ne sont pas agréables, provoquent systématiquement des pensées ou des comportements négatifs, et impactent parfois nos relations. D'où notre désir, bien compréhensible, de ne plus les ressentir. C'est ce refus de les éprouver qui leur confère, paradoxalement, bien plus de pouvoir qu'elles ne devraient en avoir normalement.

Ainsi, quand on se retrouve devant son chef en réunion et que ce dernier demande s'il y a des questions, la peur d'attirer l'attention sur soi et de paraître incompétent peut nous empêcher de dire « oui, moi, je n'ai pas compris telle chose », alors qu'on a envie ou besoin de le faire. Nous évitons ainsi de nous mettre en danger et réduisons alors notre niveau d'anxiété en restant silencieux. Nous choisissons la solution facile et rapide de la passivité, de l'évitement. Cette solution est tellement rapide et facile, d'ailleurs, que nous avons tendance à la répéter.

Seulement, quand nous agissons ainsi, nous nous laissons diriger par notre angoisse, nous obéissons à notre anxiété, nous laissons nos émotions prendre un immense pouvoir sur nos vies, alors qu'**elles ne sont pas censées décider de tout**. Elles sont seulement là pour nous conseiller. Lâcher prise, c'est donc leur faire retrouver ce rôle de guide, mais se laisser la possibilité de ne pas leur obéir aveuglément.

Repérer ses émotions

Cependant, avant même de réfléchir sur nos émotions, il est primordial de les repérer. **Plus tôt on prend conscience de ses ressentis, plus c'est facile de les désamorcer.** Évidemment, il y aura toujours des fois où nous serons submergés, mais ce n'est pas grave. L'important est de s'entraîner, pour apprendre progressivement à les repérer, les accepter, les analyser et les maîtriser.

Toute émotion a une dimension physiologique. Si vous êtes en colère par exemple, vous sentez une vague de chaleur déferler en vous, vos poings et votre mâchoire se contractent et votre cœur s'accélère. Ce « travail préparatoire » du corps permet de se tenir prêt à agir au besoin (ce qui arrive heureusement rarement), mais il est impossible à réprimer, car il est inconscient. Il nous permet cependant de repérer l'émotion « colère » plus facilement. Prendre conscience de

ce qui est inconscient est la première condition pour maîtriser ses émotions.

De même, il est utile de **repérer l'élément déclencheur** qui provoque vos émotions négatives, pour comprendre la raison de son impact sur vous et pouvoir vous en détacher, surtout si cet élément déclencheur revient souvent. Il y a ainsi de fortes chances pour qu'il prenne sa source dans un événement traumatisant de votre passé. En cas de forte émotion, le cerveau enregistre en effet de manière très aiguë l'environnement dans lequel il se trouve. Si, par exemple, vous avez été agressé dans un parking souterrain, il y a fort à parier qu'il vous sera difficile de traverser un parking souterrain (même si ce n'est pas le même) sans ressentir des picotements de peur. Le corps, ainsi, vous rappelle qu'il a été confronté à un danger dans ce type d'environnement. Mais deux problèmes se posent : premièrement, si vous ne travaillez pas sur votre peur, celle-ci va s'étendre progressivement à d'autres situations. Ainsi, petit à petit, les parkings souterrains ne seront plus le seul problème : un lieu mal éclairé, un visage, une voix qui vous rappellent votre agresseur vont aussi provoquer une angoisse « instinctive ». Le deuxième problème est la prise de conscience et l'acceptation de cette angoisse : si vous refusez de la ressentir à nouveau, alors vous refuserez de retourner dans un parking ou dans un lieu sombre, même s'il n'y a objectivement aucun danger. Comme nous l'avons dit plus haut, votre peur est là pour vous dire : « Attention ! Tu as déjà vécu une expérience traumatisante dans ce contexte (ou dans un contexte "proche") ! Je préférerais que tu n'y retournes pas. » C'est vous qui choisissez de lui obéir ou pas, mais il faut au préalable avoir conscience d'avoir ce choix !

En pratique :

L'exercice suivant permet de poser des balises pour mieux repérer ses émotions. Il est à renouveler fréquemment. À force de le pratiquer, vous entraînerez ainsi votre cerveau à prendre conscience plus vite de vos émotions.

1. Installez-vous confortablement, dans un fauteuil par exemple, au calme.

2. Concentrez-vous sur votre respiration dans un premier temps, en essayant seulement de respirer « par le ventre » (votre main posée sur votre ventre doit ainsi s'élever et redescendre au rythme de votre respiration). Imaginez l'air qui entre et qui sort de votre corps, visualisez son chemin.

3. Une fois que vous vous sentez calme, choisissez dans votre passé proche une situation au cours de laquelle vous avez ressenti une forte émotion. Visualisez cette scène de la manière la plus précise possible, en y mettant tous les détails qui vous reviennent à l'esprit : le temps qu'il faisait dehors, les cadres accrochés au mur, le parfum de votre interlocuteur, etc.

4. Une fois que le contexte est posé, concentrez-vous sur ce que vous avez ressenti à ce moment-là, physiquement. Ne vous préoccupez pas des mots prononcés, concentrez-vous sur le non-verbal. Aidez-vous de vos cinq sens pour essayer d'être le plus exhaustif possible, ou passez en revue les différentes parties de votre corps : qu'avez-vous ressenti au niveau de votre tête ? de votre ventre ? de votre cœur ? Avez-vous fait des mouvements, des gestes, des mimiques ? Aviez-vous chaud ? froid ? Étiez-vous contracté ?

5. Notez un maximum de ces détails sur un carnet.

6. Notez à côté un mot pour résumer votre émotion à ce moment-là. Essayez de chercher le mot exact qui correspond vraiment le mieux possible à votre ressenti, c'est très important. Pour l'émotion « peur », par exemple, il existe des myriades de synonymes qui sont autant de nuances : angoisse, anxiété, inquiétude, appréhension, crainte, effroi, frayeur, trac, terreur, trouille, panique… **Quand on nomme correctement quelque chose, on en devient plus facilement le maître.** De plus, pour pouvoir décrire et nommer une émotion, il est nécessaire d'admettre qu'elle existe en nous ! C'est ça, accepter une émotion.

Apprendre à « négocier » avec ses émotions

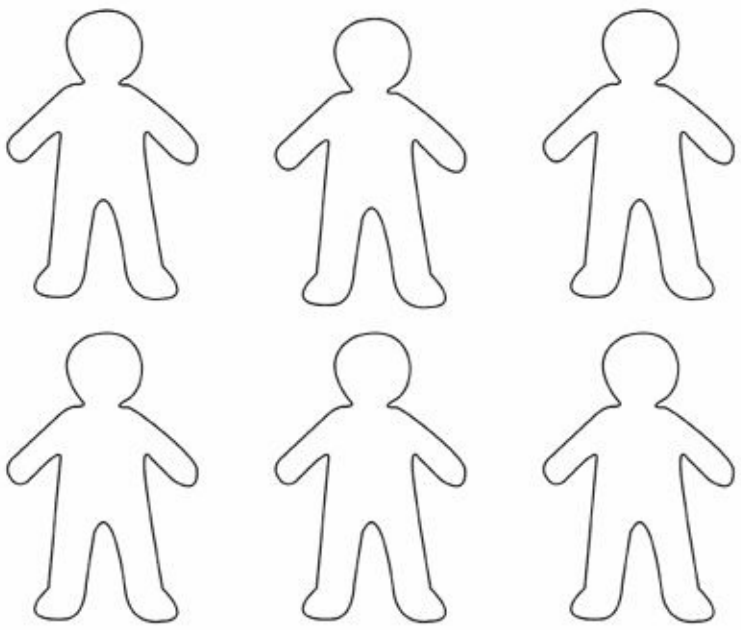
Une fois que vous avez repéré ces émotions et que vous les avez nommées, vous avez déjà fait un grand pas vers l'acceptation et la maîtrise. Il ne reste qu'à apprendre à mieux les tolérer, à « faire avec », à créer cet espace entre ce vous ressentez et le comportement qui découle de ce ressenti, pour pouvoir « choisir » comment vous allez vous comporter. C'est cette mise à distance avec vos émotions qui vous aidera à lâcher prise.

Dans le roman, au chapitre 22, Juliette s'est isolée dans la cabane de Jo et essaie de visualiser ses émotions sous la forme de petits bonshommes rigolos

(comme dans Vice-Versa, le dessin animé). Ceci est une excellente façon de prendre de la distance avec ses émotions, de les observer avec plus de recul, et donc d'arrêter de leur obéir aveuglément.

En pratique :

1. Ci-après, voici six silhouettes. Rien ne vous empêche d'en faire plus. Simplement, au-delà de sept, il sera plus difficile de s'en souvenir. Je vous propose de nommer chacun de ces bonshommes d'après des émotions que vous pensez ressentir souvent (selon les résultats de l'exercice précédent par exemple) et qui vous posent problème : la culpabilité, la jalousie, l'anxiété, la tristesse, la colère, la honte, la frustration… Ce peut-être « Mme Coupable », « M. Tristesse », etc. Veillez cependant à ce que l'un d'eux au moins représente une émotion positive comme la joie, la sérénité, la gratitude, car ce sera une ressource précieuse. Puis coloriez-les, customisez-les comme vous le souhaitez. Cela vous permettra de mieux vous en souvenir. Faites en sorte qu'ils soient les plus différents possibles. Faites-en des symboles. Cela peut vous paraître puéril, mais le dessin est un bon exutoire pour l'inconscient, car ce dernier aime s'exprimer par le non verbal, le symbole, l'image ou l'allégorie.



2. Au moment où vous ressentez une émotion désagréable, imaginez que le

bonhomme qui la représente (M. Trac par exemple, si on reprend l'exemple où vous êtes amené à prendre la parole devant votre chef) est à côté de vous, ou est juché sur votre épaule pour vous parler à l'oreille. Écoutez attentivement ce qu'il vous dit : « Tu es nul pour parler en public, tu le sais », « Tu vas bafouiller, c'est sûr… », « Tu ne devrais pas dire ça, ils vont te prendre pour un idiot… » N'essayez pas de le faire taire, ça ne sert à rien. Observez-le. Notez que ce travail peut-être fait sur le moment comme a posteriori. Dans ce deuxième cas, le but ne sera pas de maîtriser ces émotions en direct, évidemment, mais de prendre du recul et de s'entraîner pour une occasion prochaine.

3. Maintenant que vous l'avez écouté, discutez avec lui, remettez ce qu'il vous dit en question, dédramatisez ses propos et les conséquences catastrophiques qu'il prévoit. Dites-lui par exemple : « Tu m'as déjà dit ça la dernière fois, et pourtant rien de ce que tu as dit ne s'est passé », ou alors : « C'est vrai, j'ai peur, tu es encore là pour me le montrer… mais si j'attends que tu ne sois pas là pour agir, je n'agirai jamais… » Écoutez ce qu'il vous dit, certes, mais ne le prenez pas pour argent comptant.

4. Vous pouvez aussi faire appel à une ressource positive, c'est-à-dire à l'un de vos bonshommes « positifs » (Mme Sérénité par exemple) pour vous apaiser. Convoquez-la et faites-lui dire les mots qui calmeront M. Trac. Dites-vous qu'il est important d'écouter M. Trac, mais qu'il est tout aussi essentiel d'entendre ce que Mme Sérénité a à dire. Vous devez connaître les deux avis avant de décider par vous-même.

   Ceci peut paraître fastidieux, et vous vous dites peut-être que vous n'avez pas le temps de penser à tout ça en pleine réunion. Mais en vérité, quelques secondes suffisent : l'esprit est miraculeusement prompt en matière de visualisation. De plus, plus vous vous entraînerez, plus ce sera rapide. Au début, vous pouvez également très bien tenter le coup lors de situations moins tendues.

5. Enfin, une fois que vous avez entendu les deux sons de cloche, prenez du recul en toute conscience, écoutez la voix qui vous paraît la plus sensée, la plus réaliste, la plus apte à vous aider pour vous réaliser pleinement. Ainsi, peu importe le bonhomme que vous décidez d'écouter, ce sera un choix réfléchi. Le plus important est que vous aurez veillé à ce que ce choix existe

vraiment. Vous n’aurez pas suivi aveuglément l’émotion qui crie le plus fort.

Cet exercice ne marchera peut-être pas au premier essai, mais ne vous laissez pas déborder par « M. Sentiment d’échec », ou « M. Découragement ». Ce dernier vous poussera à ne pas recommencer (« À quoi bon ? Tu n’y arriveras pas ! » vous dira-t-il). Écoutez-le, mais faites-le aussi discuter avec Mme Persévérance, qui vous dira sûrement de continuer !

Essayez donc de faire cet exercice le plus souvent possible : quand vous vous énervez contre votre fils qui fait un caprice, quand vous avez envie d’arracher la tête de votre collègue énervante, quand vous avez mal parlé à votre conjoint parce que votre boulot vous stresse… Le but est évidemment, encore une fois, de s’entraîner un maximum pour pouvoir progressivement lâcher prise sur vos émotions négatives de plus en plus facilement… Vous verrez qu’au bout d’un moment, vous n’aurez même plus à convoquer l’un de vos bonshommes pour prendre du recul, cela viendra naturellement.

CONCLUSION

Lâcher prise consiste donc, en premier lieu, en une **prise de conscience de nos émotions**, de nos conditionnements, de nos croyances, de nos comportements inadaptés à la réalité, de nos mécanismes de défense. Rendre conscient ce qui est inconscient est primordial.

Lâcher prise, c'est ensuite **accepter nos propres limites**. C'est savoir que nous ne pouvons maîtriser parfaitement nos réactions et nos comportements, et qu'il est également illusoire de vouloir maîtriser, changer ou contrôler ce qui nous entoure (les autres personnes, l'environnement…). Tous les jours, nous sommes impactés par des choses qui ne dépendent pas (que) de nous. Vouloir les contrôler à tout prix ne fait que provoquer plus de stress, plus d'angoisses, plus de rigidité. Ceci est différent de la passivité. Cette dernière est l'attitude qui consiste à ne même pas essayer de changer (ou contrôler) ce que l'on peut changer (ou contrôler). Être passif, c'est subir sa vie, subir les choix des autres. **Lâcher prise, c'est accepter de ne pas contrôler le choix des autres.** Mais rien ne nous empêche de leur dire notre point de vue à ce sujet (d'une façon respectueuse…) pour tenter de les faire changer d'avis !

Lâcher prise, c'est **rester focalisé sur le moment présent**. Le passé est révolu : rien ne le changera. Tout ce que nous pouvons changer, c'est notre façon de le voir et d'interpréter ses répercussions sur le présent. Plus nous restons focalisés sur notre passé, plus nous en sommes prisonniers. De même, notre futur ne dépend pas que de nous, mais d'une myriade de facteurs impossibles à maîtriser. Tout ce que nous pouvons faire, c'est agir au moment présent, en espérant que cela ait un impact positif sur le futur.

Lâcher prise, c'est **prendre conscience que nous pouvons désobéir à nos pensées et à nos émotions**. C'est créer cet espace de réflexion entre l'émotion ou la pensée qui nous préoccupe et notre comportement. C'est ne pas forcément obéir à l'émotion qui crie le plus fort, ou à la pensée la plus obsédante. C'est la possibilité de reprendre, paradoxalement, le contrôle sur notre comportement, en

le rendant plus adapté à la réalité, pour réduire les souffrances et les angoisses.

Pour conclure, et peut-être élargir notre vision du lâcher-prise, je dirais que ce dernier est conditionné par **notre capacité à être lucide, ouvert et bienveillant**.

Lucide, parce que l'on doit se rendre compte que la réalité subjective de chacun est parfois très éloignée de la réalité objective des choses. Et que c'est notre interprétation personnelle de la réalité qui provoque des ressentis négatifs, et non la réalité elle-même. Il faut donc essayer de voir la réalité en laissant de côté nos filtres, nos préjugés, nos jugements.

Ouvert, parce que lâcher prise, c'est aussi tolérer la différence. Nous l'avons vu, notre vision du monde est définie par nos croyances, et ces croyances ont tendance à réduire nos possibilités d'adaptation et de lâcher-prise, à rendre notre perception de soi et des autres plus étriquée, plus nombriliste, plus rigide, plus intolérante. Lâcher prise, c'est d'abord prendre conscience que chacun a sa vision du monde, et l'accepter : c'est comprendre qu'il n'y a pas une seule vérité, mais autant de vérités que de personnes. C'est donc réaliser qu'en matière d'opinion ou de valeur, les seuls adjectifs « bon » ou « mauvais » ne suffisent pas. C'est comprendre qu'à chaque fois que vous êtes sûr d'avoir raison, votre interlocuteur a lui aussi la même impression. Tant que l'on pense en termes de « qui a raison » et « qui a tort », le lâcher-prise est difficile.

Bienveillant, enfin, parce que nous sommes tous, finalement, sujets aux mêmes émotions, aux mêmes contraintes, aux mêmes problèmes, aux mêmes dilemmes. Comprendre que l'on fait partie de cette humanité en lutte perpétuelle permet non seulement de relativiser ses problèmes personnels, mais aussi d'améliorer sa compassion envers soi-même, d'abord, et envers les autres ensuite, qui vivent la même chose. Platon résumait cela ainsi : « Soyez bienveillant, car tous ceux que vous rencontrez mènent un dur combat. »

L'essence du lâcher-prise, finalement, c'est peut-être de se souvenir que nous ne sommes que des êtres humains, pareils à ces toutes petites gouttes d'eau dans l'océan. C'est se rappeler aussi que tout passe et tout change, qu'on le veuille ou non. C'est la raison pour laquelle il faut **profiter du moment présent**, parce que ce moment s'envolera, comme tous ceux qui l'ont précédé, pour s'évanouir dans le passé et laisser place au futur.

Alors maintenant, lâchez ce livre et vivez à fond le moment présent !

Également disponible :

Le premier jour de ma nouvelle vie

Un mari aimant, deux enfants magnifiques, un travail : alors qu'elle pensait que c'était ça, le bonheur, Fanny se rend compte qu'il manque malgré tout quelque chose à sa vie. Dépassée par les exigences du quotidien, la jeune femme réalise qu'elle n'est pas heureuse. Une drôle de rencontre va bouleverser son existence. Et si ce qui manquait à Fanny, c'était l'estime d'elle-même ? Bien décidée à changer, elle se heurte à l'incompréhension de son entourage. Parviendra-t-elle à écrire un nouveau chapitre de son existence sans y laisser trop de plumes ?
Ce livre en deux parties se lit d'abord comme un roman, puis l'auteure propose aux lecteurs de s'impliquer à travers une série d'exercices et de conseils pratiques inspirés de ceux qui ponctuent le parcours de Fanny, l'héroïne. Une manière d'entamer le changement pour celles et ceux qui le souhaitent !

Tapotez pour télécharger.

Découvrez "Le courage de partir" de Barbara Kaufman

LE COURAGE DE PARTIR

Extrait du Roman coach

ZMAN_001

1

J’ai toujours détesté les réunions du vendredi. Dans quel esprit malade est née l’idée de se rassembler juste avant le week-end pour discuter — longuement — d’un sujet qui n’intéresse plus personne ? Tout le monde se projette sur la délivrance imminente, et la séance de deux heures paraît alors en durer trois. Heureusement, c’est enfin terminé. En longeant les couloirs en direction de mon bureau, je me demande depuis combien de temps je travaille pour cette maison d’édition... Déjà quatre ans, le temps passe tellement vite ; c’est bon signe, au moins je ne m’ennuie pas.

En revanche, cela fait donc quatre ans qu’ils s’obstinent à se réunir en fin de semaine, pour faire le bilan, disent-ils. En réalité, rien ne s’y décide jamais, et tous les sujets sont rediscutés le lundi matin…

J’ai encore laissé ma porte ouverte, mon patron ne va pas apprécier si quelqu’un pénètre dans son bureau qui, à mon grand dam, communique avec le mien. J’attrape mon téléphone dans mon sac et m’attends à y trouver le texto d’Antonio ; celui de 18 h. Mais rien. Étonnant, Tonio m’écrit toujours à cette heure-ci pour savoir où j’en suis. Il doit être en réunion lui aussi. Je suppose que dans sa boîte, ils sont efficaces même le vendredi soir. Quand chaque décision vaut un million, ça change la donne. Le luxe et l’édition sont deux mondes qui n’ont rien à voir : l’un fait de l’argent, l’autre en perd. Je cherche ma veste, me rappelle que je n’en ai pas pris aujourd’hui, me désespère d’être à ce point tête en l’air, puis dévale les escaliers. Rentrer à la maison, retrouver mes enfants et attendre mon mari : aussi cliché que cela puisse paraître, cette idée me ravit. J’espère que Tonio sera de bonne humeur. Le vendredi soir, ce n’est pas gagné…

Il fait délicieusement doux en ce mois d’octobre, il n’y a rien de plus agréable qu’un été indien. Je traverse la cour le moral au beau fixe – étonnamment – et manque de me prendre les pieds dans l’encadrement du portail en apercevant l’homme qui se tient devant moi.

Antonio, les bras croisés, est adossé à une voiture de l'autre côté de la rue.

Mon dieu ce qu'il est beau.

Il porte une veste sur une simple chemise et un jean, sauf qu'il donne systématiquement l'impression d'avoir le PIB du Luxembourg sur le dos, l'air de rien. Après six ans de mariage, je m'étonne de le trouver toujours aussi séduisant. Lorsqu'il m'aperçoit, il m'offre ce sourire en coin qui m'a toujours fait craquer, un peu suffisant, un peu gamin. Je comprends d'ailleurs à son expression qu'il est content de sa surprise.

– Mais qu'est-ce que tu fais là ? lui dis je en m'approchant.
– Je t'emmène dîner.
– Qu'est-ce que tu as fait des enfants ?
– Je les ai revendus à la vieille dame qui traîne en bas de chez nous, elle me semblait avoir besoin d'un peu de compagnie, me balance-t-il pince-sans-rire.

Je souris. La dame en question a un caddie pour seule maison, et une tendance à pousser la chansonnette après la deuxième bouteille de vin. Je ne lui proposerais pas de garder mon hamster si j'en avais un. En réalité, chaque matin, j'ai de la peine pour cette femme. Et c'est bien vrai qu'elle doit manquer de compagnie ; ce n'est pas les quelques pièces que je lui donne qui vont changer quoi que ce soit....

– Non, sérieusement ? insisté-je.
– Je les ai déposés chez ta mère un jour plus tôt. Je nous ai réservé une table chez Docy. On a signé le contrat avec les États-Unis ce matin, j'ai décidé que ça méritait une petite célébration. Un jour de plus ou un jour de moins, ça ne changera pas grand-chose pour ta mère… Quoi qu'il arrive, elle se plaindra à la sortie, soupire-t-il.

Mon esprit se met à partir dans tous les sens. Une nuit de plus chez ma mère ? Laisser les enfants pour le week-end de la Toussaint m'inquiétait déjà, mais là, elle va nous faire une crise cardiaque. Une table chez Docy ? Mais comment a-t-il pu dégoter une réservation dans le restaurant le plus huppé de la capitale ? Ce mec m'épatera toujours, il obtient absolument tout ce qu'il désire, c'est indécent. L'idée du dîner en amoureux dans un restaurant gastronomique balaie finalement mes inquiétudes et un sourire s'étale sur mon visage. Je dois avoir l'air d'une

enfant à qui on vient d’ouvrir les portes de la chocolaterie de Willy Wonka, car Tonio secoue la tête, moqueur. Il me toise alors de bas en haut.

– C’est comme ça qu’on s’habille pour dîner en ville ? T’aurais pu faire un effort ce matin.

Je lui réponds, vexée, que je ne pouvais pas prévoir ; en réalité, je suis morte de honte. Je porte une chemise un peu défraîchie sur un pantalon de toile. Je vais faire pouilleuse dans un restaurant aussi chic. Tonio se radoucit en me voyant baisser la tête.

– On passera t’acheter un rouge à lèvres, ça attirera peut-être l’attention sur ta bouche plutôt que sur tes chaussures, me propose-t-il.

Il se penche vers moi et m’embrasse sur le front. J’en profite pour poser les yeux sur mes ballerines, puis sur sa veste Givenchy et une boule se forme dans mon estomac. Mais mon homme m’attrape la main et nous partons tous les deux, tels deux jeunes amoureux dans les rues féeriques de Paris au crépuscule.

2

Je regarde Solène revenir des toilettes, sa chevelure rousse éclatante au soleil. Cette fille a beau approcher la quarantaine, on la croirait tout droit sortie d'un magazine de mode. Elle reprend place devant moi sur notre terrasse parisienne préférée, pour notre café quasi hebdomadaire du mardi. « Quasi » au sens où je ne peux me le permettre qu'en partant du boulot un peu plus tôt et ce n'est pas toujours facile. Le soleil commence à taper, j'alpague le serveur pour un verre d'eau puis redirige mon attention sur mon amie.

– Alors vous venez dîner chez nous vendredi ? me demande-t-elle avec un grand sourire.

– Malheureusement pas, j'ai un truc au bureau, le pot de départ de Paul.

– Paul s'en va ? Tu dois être déçue, c'est de loin ton collègue préféré. Ils partent tous, dans ta boîte, c'est pas croyable. Antonio garde les enfants ?

– Non, ils seront chez ma mère. Il est ravi que j'y aille, comme tu peux l'imaginer. Tu sais à quel point il aime mes collègues de bureau... Surtout quand ils empiètent sur notre vie de famille.

Solène me lance ce regard moqueur qui lui va si bien.

– Il est juste jaloux, me fait-elle remarquer.

– Non, il n'est pas *jaloux*, il est *possessif*. C'est un prérequis chez les Méditerranéens, semblerait-il. J'aurais dû épouser un Islandais, dis-je en levant les yeux au ciel.

– Il aurait manqué de ce charme ténébreux que tu aimes tant chez ton Tonio chéri…

J'acquiesce avec un sourire en coin. Ah ça, je n'échangerais la fougue et la passion d'Antonio pour rien au monde. Il faut prendre les gens avec leurs qualités et leurs défauts. Et ses qualités surpassent largement ses défauts, même après huit ans de couple et six ans de mariage.

– En parlant d'enfant, ton petit Ben a-t-il fini par se débarrasser de sa

bronchite ? me demande Solène, toujours aussi attentive à mes déboires de maman.

– Non ! Toujours pas. L'autre jour, j'ai dû aller acheter en urgence un nouvel équipement de Judo pour Noémie avec mon bout de chou hurlant sous le bras. Je te jure, j'ai cru que la caissière allait appeler la DDASS. Les enfants en crèche c'est vraiment des boîtes à microbes, c'est l'enfer.

Je pose mon front sur le bord de la table en signe de désespoir puis me redresse aussitôt. Mon téléphone vient de vibrer. Je l'ouvre.

[Bon Jeanne, on fait quoi
vendredi soir finalement ???]

[Je t'ai dit, j'ai le pot de départ
de Paul au bureau.]

[Oui mais bon, tu n'es pas
obligée d'y aller.]

[Quand même, ça fait trois ans
que je travaille avec lui...]

Pas de réponse, je relève la tête vers Solène.

– Bref, Noémie a son équipement de judo et Benjamin a pu retourner à la crèche finalement, conclus-je, tandis que mon portable se remet à vibrer.

[On s'en fiche de Paul, allons dîner
chez Solène et Laurent plutôt.
Nous avant tout, chérie.]

Je considère mon téléphone avec un pincement au cœur. Je craque toujours quand il utilise notre mantra.

– C'est ton homme, j'imagine, me dit Solène.

– Oui. Si ce n'est pas toi ou ma mère, c'est forcément Tonio. Bon, on va probablement venir vendredi finalement.

– Ah bon ? Et ton pot de départ alors ?

– Je peux le rater. Comme tu dis, y en a un toutes les deux semaines.

– Mais c’est Paul quand même. C’est quasiment un ami maintenant… me fait-elle remarquer étonnée.

– Ça fait plaisir à Antonio de vous voir, ça fait longtemps. Et puis on n’a pas les enfants ce week-end, il va se retrouver tout seul à la maison sinon.

– Lui peut-être, mais toi t’as le droit de vouloir aller à une soirée.

– Je n’ai pas tant envie que ça, dis-je en mentant.

C’est vrai qu’avec les années, Paul est quasiment devenu un ami, pour une fois je me réjouissais d’aller à une soirée entre collègues. Mais je pourrai toujours lui proposer un café sur mes jours de RTT. Et puis, Tonio déteste tellement rester seul. Je ne peux pas lui faire ça.

J’attrape mon portable et tape une réponse à la hâte.

[OK Amour. Allons chez Solène vendredi.
Ça sera chouette. *Nous avant tout*.]

Je le ferme et le range dans mon sac. Je n’ai pas vu Solène depuis au moins deux semaines, et je dois partir chercher les enfants dans moins d’une heure. Ça ne suffira jamais pour faire le récit de nos dernières aventures — même si, avouons-le, il ne se passe pas grand-chose dans ma vie ces temps-ci. Je décide alors de lui raconter la surprise que m’a faite Antonio vendredi ; heureusement qu’il est là pour pimenter un peu notre quotidien.

– Non, vraiment c’était idyllique, finis-je par lui dire. Il m’a carrément emmenée acheter un rouge à lèvres, une paire de chaussures et une veste pour que je ne me ridiculise pas devant tout ce beau monde. Je ne m’habituerai jamais à vivre une vie si luxueuse. Ma mère avait pas mal d’argent quand on était petits, mais pas autant que ce que gagne Tonio.

– Oh, moi je m’habituerais très vite si mon mec m’emmenait dans les meilleurs restaurants de Paris... On est loin du compte. J’ai encore dû emprunter de l’argent à ma sœur le mois dernier pour mettre ma voiture en réparation. D’ailleurs comment va ta mère ?

– Tu sais ce que c’est, y a toujours quelque chose qui ne va pas. Je m’inquiète un peu de lui confier les enfants si souvent. Ça l’exténue à chaque fois. Et puis on ne peut pas dire que Benjamin soit le petit garçon le plus calme au monde. Au moins ça l’occupe.

– C’est dingue qu’elle ne se soit jamais remariée après la mort de ton père.

Elle était plutôt jeune, elle, non ?

– J'avais 7 ans, Bastien en avait 2 ans, elle en avait donc… 37. Ce n'est pas tant qu'elle ne se soit jamais remariée, elle ne s'en est jamais remise, surtout. Après coup, elle est tombée en dépression pendant au moins quatre ans. Enfin, si on considère qu'elle en est sortie...

– À chaque fois que tu m'en parles, ça me fait froid dans le dos. Perdre son père à 7 ans, et s'occuper de son petit frère, si jeune qui plus est.

– Si ça se trouve, ça m'a aidé à tenir.

– Ça t'a surtout rendu responsable du monde entier… blague-t-elle.

Solène me regarde avec une empathie mêlée d'espièglerie. Elle me connaît si bien, assez pour se permettre ce genre de moquerie. Il fut un temps où mon frère Bastien était probablement la personne dont je me sentais le plus proche. Mais maintenant qu'il vit en Argentine, on se voit peu. On a beau s'appeler de temps à autre, les milliers de kilomètres qui nous séparent nous ont éloignés. Ça fait huit ans qu'il est parti, et il me manque toujours autant. Je ne me suis jamais habituée à son absence. Quelle idée d'aller faire ses études en Amérique du Sud. Il n'aurait pas pu faire comme tout le monde ? Boire trop de bière avec ses potes et rater une ou deux années de fac ? Au lieu de ça, il se retrouve à 29 ans responsable d'une boîte de films d'animation à l'autre bout du monde. Solène me tire de ma rêverie en sortant une pochette de son sac.

– Regarde, c'est mes dernières photos de plateaux. J'en suis plutôt fière.

Elle me tend un porte-folio et nous passons le reste de notre café à éplucher ses clichés. Je suis admirative de son travail, de la liberté que lui procure sa vie un peu bohème de photographe de plateaux de cinéma. Au fond, je sais qu'elle préférerait faire comme tout le monde, avoir un enfant, se poser un peu. Sauf que son utérus en a décidé autrement et malgré les hormones et les tentatives de FIV, il n'a pas l'air de vouloir changer d'avis. Je devrais être reconnaissante de tout ce que j'ai plutôt qu'envier mon amie. Je ne devrais pas être si inconstante. Je devrais être tellement de choses…

3

Le téléphone sonne. Évidemment, j'ai une pile de dossiers dans une main, l'agenda dans l'autre et je suis sur le point de sortir de mon bureau. Je pose tout ça et décroche, Paul attendra, c'est la ligne du patron, je ne peux pas me permettre de rater un appel.

– Allo. Bonjour, Jeanne Delcourt, bureau de Monsieur Vernon.
– Bonjour, Jeanne, Serge Jaury à l'appareil.

Oh mon dieu. Je ne suis pas sortie de l'auberge.

– Bonjour Serge. Qu'est-ce que je peux faire pour vous ?
– J'aurais aimé parler à Marcel Vernon concernant la quatrième de couverture de *À nos pères*.
– Monsieur Vernon n'est pas joignable aujourd'hui, mais je vous écoute.
– Je voulais vous signaler quelques erreurs avant que le livre ne parte en impression. Euh, ligne trois, vous ne mentionnez pas l'âge du personnage, on pourrait croire qu'elle est plus âgée que ce qu'elle n'est en réalité. Ça serait embêtant vu son parcours. Ligne 7 il est employé le terme…

Et me voilà partie pour une demi-heure d'argumentation avec cet auteur stressé qui, comme tous les autres, n'arrive pas à mettre un point final à son roman et veut faire milles corrections quelques jours avant le départ en impression ! Plus qu'une capacité organisationnelle, c'est une diplomatie à toute épreuve qui me permet de survivre à ce poste. Les auteurs sont vraiment une espèce incongrue : si sûrs d'eux et si anxieux à la fois. Dans la plupart des cas, du moins ceux auxquels j'ai à faire, on ne peut pas dire qu'ils se fassent discrets. Comme Monsieur Vernon est le directeur éditorial et le fondateur de la maison, il suit les auteurs les plus importants, ce qui se traduit en pratique par les plus ingérables. Et comme il est le seul à avoir son assistante attitrée, mon poste ne se cantonne pas à organiser ses rendez-vous. Je fais plus ou moins tampon entre lui et les auteurs. Cela dit, même si je fatigue par moments, je me rends compte de

la chance que j’ai de travailler pour les éditions du Vernon, l’une des maisons les plus renommées de France, et d’être relativement investie dans le processus littéraire. Enfin, très relativement…

Je finis par raccrocher en promettant d’en toucher quand même un mot à Monsieur Vernon. C’est à ce moment-là que ledit Monsieur Vernon entre en trombe dans mon bureau. Il a l’air fatigué ce qui n’est pas son genre. Pour un homme de cet âge — que je ne saurais donner —, il est incroyablement énergique.

– Jeanne, je sors de la réunion avec les actionnaires, il faut absolument avoir terminé le pré bilan avant mardi. Voyez avec la compta pour qu’ils accélèrent. Sinon, la dernière liste du Goncourt tombe vendredi. J’ai eu vent que Mathias Drane a de fortes chances d’y être. Il est essentiel que l’interview de France culture ait lieu avant. Je n’ai pas le temps de passer en parler à Paul, vous pouvez lui en toucher un mot ?

– Je dois justement le voir pour la venue sur Paris de Christine Dajout. Si j’arrive à sortir de ce bureau avant la fin de la journée, je lui en parle… Mais je sais à quel point il est lui aussi surchargé cette semaine.

– Paul est probablement le meilleur attaché de presse de la maison, il va s’en débrouiller. Je ne comprends pas pourquoi la direction n’a pas tout fait pour le garder, ajoute-t-il l’air désolé. Bref. J’y vais. Je vous dis à demain. Et, tachez de vous reposer un peu, vous avez mauvaise mine. Vu la semaine qui nous attend, ce n’est pas le moment de tomber malade.

Et vlan. Je me penche en arrière pour jeter un coup d’œil à mon reflet dans le miroir. Bon sang, ce n’est plus des cernes que j’ai, ce sont des cratères. Cependant, il exagère quand même, je ne pose jamais d’arrêt maladie… Je l’ai rarement vu aussi stressé. L’hypothétique prix Goncourt pour Mathias Drane le met dans tous ses états. Ça serait une réussite extraordinaire pour la maison, en particulier pour cet auteur que nous avons découvert et qui écrit des textes difficiles, certes, mais qui méritent reconnaissance. Je n’ai pas le temps de téléphoner à la compta que Paul passe la tête dans l’entrebâillement de la porte. Je blêmis, j’étais censée passer à son bureau il y a plus d’une heure. Avant qu’il ne s’adresse à moi, je lui tends l’emploi du temps de Christine Dajout et m’excuse de l’avoir fait attendre. J’embraye sur la question de Mathias Drane et de son émission sur France culture. Lui n’a pas encore ouvert la bouche. Alors que je me tais enfin, il me regarde avec cet air mi-amusé mi-soucieux qu’il a

souvent avec moi.

– OK, on respire un coup : inspire, expire, me dit-il avec de grands gestes. Tu vas nous faire un infarctus si tu continues comme ça, à ton âge ça serait dommage. Tu as de plus en plus la tête de quelqu'un qui a besoin de vacances…

Son ton paternaliste devrait me vexer mais il est bien trop sympathique et bienveillant à mon égard pour que je puisse lui en vouloir. Je souris et me détends un peu. En le regardant, je me rends compte à quel point je culpabilise de ne pas venir à son pot de départ. Lui a toujours été là pour moi.

– Vraiment, je suis désolée de ne pas pouvoir être là vendredi…
– Arrête, ça fait au moins trois fois que tu t'excuses. Tu as le droit d'avoir une vie en dehors du boulot. Si Mathias a le Goncourt, tu risques de ne plus trop en avoir d'ailleurs. Je pars au bon moment.
- C'est mal si je t'envie un peu de quitter cette maison de fous ? lui dis-je avec une moue d'enfant.
– Je pense que je quitte un asile pour un autre… Je ne suis pas sûr qu'une maison d'édition saine d'esprit existe encore en ce bas monde. Allez, je te laisse finir ta journée. Demain, pause café obligatoire.

Alors que Paul quitte la pièce, je m'affale sur mon siège et contemple le désordre sur mon bureau. Cette conversation m'a laissé un goût amer dans la bouche et je ne sais pas trop pourquoi. Il a peut-être raison, je dois manquer de vacances. Je dors particulièrement mal ces temps-ci — ce n'est pas comme si je dormais bien de manière générale —, je cours partout et n'accomplis rien, je me sens dépassée aussi bien au travail qu'à la maison… Oh oui, des vacances. Le mois de décembre me paraît bien loin. Je remarque l'heure sur la pendule. Déjà 18 h 30 et Tonio ne m'a pas appelée ? J'attrape mon portable et y trouve quatre appels en absence et trois textos de mon mari. Mince, je l'ai laissé en silencieux. Je comprends à ses messages qu'il est franchement agacé que je ne réponde pas. Ce n'est pas mon genre et lui déteste que je ne sois pas joignable. Chacun ses angoisses.

Un peu inquiète de ce que je vais trouver à l'autre bout du fil, je le rappelle aussitôt, prête à m'excuser.

– Allo mon amour ? Désolée… mon téléphone était resté en silencieux, je n'ai

pas vu l’heure tourner. C’est la folie ici.

Les mots sont sortis aussi vite que possible afin de ne pas lui laisser la place de parler. Ça n’a pas l’air de le radoucir vu le ton acide qu’il prend pour me répondre :

– « Oublié », ça t’aurait fait un joli deuxième prénom... « poisson rouge » était déjà pris.

– Je pars là, lui promets-je ignorant le sarcasme. J’aurais le temps de donner un bain à Ben, il n’en a pas eu hier.

– Fais ça. La nounou que tu as engagée n’a pas l’air très à cheval sur l’hygiène. Je ne serai peut-être pas rentré avant le coucher des enfants, j’ai une réunion, au cas où tu aies *oublié*...

Et beh, il est encore plus stressé que moi, ce qui n’est pas étonnant vu son travail. À nous deux on fait la paire ces temps-ci. C’est vrai que je suis un peu tête en l’air, ça doit être fatiguant à la longue, surtout pour lui qui n’oublie jamais rien. Je regarde encore une fois l’heure. Le service compta est fermé sans aucun doute. Je les appellerai demain et relirai les présentations de la rentrée à la maison après avoir couché les enfants. J’aurais même le temps de préparer un repas acceptable pour Tonio et moi, que l’on puisse au moins dîner tranquillement ensemble. On en a besoin.

Tu vas t’en sortir Jeanne.

***

– Maman !!!! Ça veut dire quoi su-ppri-mer ?!! me crie ma fille de l’autre coté de l’appartement.

– Attends une seconde chérie, je lave les cheveux de ton frère, j’arrive.

– Mais je comprends rien !! gémit-elle.

– J’arrive, j’ai dit !!

Je rince en vitesse les cheveux de Benjamin qui chouine que l’eau est trop froide et que ça lui pique les yeux. Je me redresse et réalise que j’ai de la mousse plein les mains, ce qui suppose qu’il en a encore plein les cheveux.

Tant pis ça sentira bon…

Je prends le couloir, m'inquiète de laisser Ben seul dans le bain — à quel âge a-t-on le droit de laisser un enfant seul dans un minuscule bain au juste ? Presque 3 ans, ça passe ? – puis m'arrête à mi-chemin de la chambre en reniflant une odeur de brûlé : le poulet des enfants va être carbonisé… Tandis que je retourne les escalopes, ma fille continue de se plaindre de ses devoirs en beuglant de toutes ses forces pour que je ne puisse pas l'ignorer et mon fils persiste à se plaindre de la température de l'eau. En passant devant la buanderie je me rappelle que la machine n'a pas été étendue, que le salon ressemble à Beyrouth, que je n'ai pas même lancé un dîner pour Antonio et moi et qu'il est déjà quasiment l'heure de coucher les enfants. Je m'arrête alors en plein milieu du couloir — cet appartement est beaucoup trop grand, c'est ridicule et pas pratique — et je passe une main dans mes cheveux en tentant vainement de me calmer. Cette idée de vacances va probablement m'obséder pour les deux mois à venir.

Trois quarts d'heure plus tard, les enfants sont propres, nourris et en pyjama. J'entends la porte de la maison s'ouvrir. Déjà ? Mais quelle heure peut-il être ?

Tonio pénètre dans la chambre de Ben où je lui lis son histoire. À ses yeux noirs, je comprends qu'il n'est pas de meilleure humeur que tout à l'heure. Il embrasse son fils sur le front et se dirige vers la chambre de sa fille pour lui souhaiter bonne nuit. À travers la cloison, je reconnais la joie dans la voix de la petite : elle déteste se coucher avant que son père ne soit rentré. Il en profite pour lui chanter une chanson, ce qu'il n'a pas fait depuis longtemps. Benjamin râle, lui aussi veut une chanson, il ne veut pas dormir. Il ne veut jamais dormir cet enfant. Je le gronde gentiment, quitte sa chambre sans y croire et me dirige vers le salon où Tonio se sert un verre.

C'est pas bon signe ça.

– Les enfants se couchent beaucoup trop tard, me balance-t-il sans un bonsoir.

Je n'ai pas grand-chose à rétorquer, c'est vrai qu'ils devraient dormir depuis longtemps. Je pourrais encore une fois me plaindre de ma vie de *working mum*, dire à quel point je suis débordée, surtout depuis qu'on a changé de nounou, mais je n'ai pas envie de provoquer une dispute, je suis bien trop fatiguée pour ça. Ne pas piquer l'ours. De toute façon, il emporte son verre dans la chambre afin de préparer sa valise pour son départ à Chicago et moi je file à la cuisine pour tenter de nous préparer à dîner.

– Jeanne, tu as récupéré ma veste Yves Saint Laurent chez le teinturier ? Elle est où ? me demande-t-il alors que je fouille le frigo à la recherche d'un repas minute.

Mon cœur se met à battre la chamade et mon visage doit virer écarlate tant une vague de chaleur m'envahit.

Et merde. Merde. Merde.

– Euh, je n'ai pas eu le temps, je suis sortie trop tard, ça m'est sorti de l'esprit, je suis désolée, c'est vraiment la folie au boulot, je…

Je l'entends parcourir le couloir. Il se pose devant moi, et me lance un regard glacial.

– T'as oublié ou t'as pas eu le temps ? C'est l'un ou l'autre, ça ne peut pas être les deux.

Il me demande ça très calmement, bien trop calmement et je le connais assez pour savoir qu'il est vraiment en colère. D'ailleurs, il ne tient pas bien longtemps, et comme je n'ai rien à répondre il explose.

– Putain, mais ce n'est pas croyable, Jeanne ! Tu m'as dit hier soir et ce matin que t'y passais, tu n'as qu'à ne pas t'avancer, je n'aurais rien attendu de toi. D'ailleurs je vais finir par ne plus jamais rien attendre du toi et de ta cervelle trouée. Tu oublies tout tout le temps, c'est devenu pathologique. Va consulter, c'est pas possible. Ou alors quoi ?! Tu t'en fous des autres c'est ça !? Avec les années et ton boulot d'hystéro t'es devenue complètement egocentrée. Faut un peu revenir sur terre, t'es pas la seule à être débordée au travail…

– T'exagères, je ne suis pas egocentrée, j'ai oublié c'est tout.

– C'est tout !? Oublier la veste, le téléphone, l'heure qui passe... La semaine dernière t'as failli oublier d'aller chercher tes propres enfants !!! Tu vas finir par oublier de respirer si tu continues comme ça. Et puis, c'est peut-être *tout* pour toi mais c'est ma veste à moi, mon boulot à moi… autant m'oublier moi au passage, tiens.

– Sérieux Tonio, j'ai pas oublié nos enfants j'étais juste en retard ! Et puis là, c'est qu'une veste, t'en as des dizaines, t'en as trois autres des Yves Saint-Laurent.

– Mais t’es débile ou quoi ! Qu’est-ce que tu crois ? Que je peux me présenter au responsable de Macy's, le plus grand distributeur américain, avec une veste de la saison dernière ? Je veux bien que t’y comprennes rien au monde de la mode mais là tu vis sur une autre planète. Ça fait huit ans qu’on est ensemble, t’étais où ?!

C’est à ce moment précis, alors que je cherche vainement à rétorquer quelque chose, que Benjamin se met à crier. Je tente de l’ignorer pour prendre le temps d’apaiser un peu la situation avec Tonio, mais je ne sais pas quoi lui dire. C’est vrai, l’oubli est devenu pathologique chez moi. Et pourtant je déteste laisser tomber les gens qui m’entourent. Je ne comprends pas bien son monde mais je devrais faire un effort. Si certaines choses sont importantes pour lui, aussi superficielles me paraissent-elles, je me dois de les respecter. C’est essentiel dans un couple de s’aimer non pas malgré ses différences, mais avec elles.

Antonio ne dit plus rien, il me regarde en silence et la déception que je perçois dans ses yeux me déchire de l’intérieur. Elle étouffe complètement la colère qui était montée en moi. Les hurlements de Ben résonnent de plus belle dans le silence de l’appartement. Il faut que j’y aille, les voisins vont encore râler.

– Tu devrais aller calmer ton fils, moi je ne suis pas en état, me dit Tonio froidement.

OK, j’abandonne. Laissons passer la tempête.

La pénombre de la chambre de mon bonhomme m’apaise un peu. Le petit bout semble vraiment en détresse. C’est fou l’intensité avec laquelle un enfant de cet âge vit ses émotions. J’essaie de comprendre ce qui ne va pas. Il geint qu’il ne veut pas dormir, qu’il a peur des monstres sur la porte… Il me dit tout ça avec ses mots d’enfants, et moi, j’espère secrètement qu’il ne nous a pas entendus nous disputer – on a beau avoir un grand appartement, ce n’est pas un château non plus. Je retire tous les vêtements qui forment des ombres sur le portemanteau puis accepte de lui chanter une dernière chanson. Je chantonne, la main dans ses cheveux en espérant presque que cet instant ne se termine jamais. Rester là, calfeutrée dans le calme de cette chambre, la douceur de ses cheveux entre mes doigts, la langueur des mélodies d’enfant dans ma voix fatiguée...

Alors que je me lève en laissant mon fils aux bras de Morphée, j'entends la porte de l'appartement claquer. Dans le salon, personne, dans la cuisine le feu a été éteint sous la casserole d'eau et toutes les lumières sont éteintes. Mon homme est parti et une boule d'angoisse vient se placer au creux de mon estomac. Je ne m'attendais pas à ça, il lui arrive d'aller faire un tour pour évacuer la colère mais, généralement, je le vois venir. Tonio est de plus en plus irascible ces temps-ci. Peut-être ai-je raté quelque chose ? Peut-être que la pression au travail est plus forte que je ne le croyais. Je suis tellement noyée dans mes propres problèmes que je ne suis plus très attentive à lui. Allez, je vais en profiter pour faire ce repas et ranger un peu notre salon ; tant pis pour le boulot. Quand il rentrera, je m'excuserai réellement et je ferai un effort à l'avenir pour me recentrer sur notre couple. Lui le fait bien : il m'a offert une magnifique surprise il y a une semaine à peine en m'emmenant au restaurant.

Aussi, ma faculté à ressentir des émotions paradoxales est hors du commun, et tandis que je déblaye, nettoie et cuisine, je tente de calmer les montagnes russes qui se déchaînent en moi. J'oscille entre la colère — quand même, il exagère de me parler sur ce ton —, la culpabilité — c'est pas possible d'être aussi étourdie, normal que ça le fatigue à la longue — et l'énergie positive — tout va bien, j'ai tout ce que j'ai toujours rêvé d'avoir, etc. Bref, je jongle jusqu'à ce que la clé de Tonio tourne dans la serrure. Après une longue inspiration, je vais à sa rencontre.

Il se tient dans l'encadrement de la porte, un début de sourire aux lèvres, un sac en papier à la main. Il ne dit pas un mot et me tend le sac sur lequel je reconnais le logo du Drugstore-Publicis, cette épicerie de luxe ouverte toute la nuit.

Mais il n'est quand même pas allé jusqu'aux Champs Élysées à cette heure-ci ?

À l'intérieur du sac, je découvre un pot de glace que je reconnais aussitôt. Mon cœur fond littéralement. La saveur, c'est *menthe — pépites de chocolat*, d'une marque typiquement new-yorkaise. Ce n'est pas qu'une glace, c'est celle que nous allions dévorer tous les soirs lorsque nous vivions à New York en amoureux, il y a des années de ça. C'est le symbole de notre amour, de notre histoire. Mon sourire s'étend jusqu'à mes oreilles et Tonio s'approche de moi. Il m'embrasse tendrement sur le front et d'une main sur le dos, il m'entraîne au

salon.

– Je propose qu'on saute le dîner et qu'on passe directement au dessert devant un épisode de *Mad Men*, me dit-il en nous installant sur le canapé.

Je ne dis rien et me contente de me lover dans ses bras. Pour rien au monde je ne briserais cet instant magique.

Mon Dieu, qu'est-ce que je ferais sans lui ?

4

Notre histoire a littéralement commencé comme dans un film. Il était une fois une jeune femme un peu timide qui rencontra le prince charmant, un soir de pleine lune dans les rues de Paris. Ils se rendaient à la même soirée et se sont retrouvés coincés à la porte de l'immeuble, en retard, sans le code et sans personne pour les aider. Ils ont fini au bistrot du coin et c'est là que tout a commencé, c'est là que cupidon a décidé de les foudroyer de ses flèches dorées.

Notre histoire d'amour a donc débuté sur des chapeaux de roues. Quatre mois plus tard, nous étions à l'aéroport de New York, avec quasiment toute notre vie dans nos valises. Lui avait obtenu un poste d'assistant dans la branche américaine d'une marque de montres de luxe. Bien qu'il ait excellé dans ses études à HEC, il s'agissait d'une opportunité exceptionnelle pour un si jeune homme. Il m'a proposé de le suivre et je n'ai pas hésité une seconde. J'ai tout laissé derrière moi : ma thèse de littérature en cours, mes amis, mon appart. À 26 ans, l'amour surpasse tout, d'ailleurs, je ne l'ai jamais regretté. J'avais déjà eu des petits copains mais rien d'aussi chavirant, c'est avec lui que j'ai découvert ce qu'était vraiment l'Amour. De toutes les façons, comment regretter le chemin qui m'a conduit à être la mère de deux magnifiques enfants, à vivre dans le luxe avec un homme, certes un peu caractériel mais qui me comble et continue de me faire chavirer ?

Nous ne connaissions personne sur place, cela nous importait peu. Tonio travaillait beaucoup mais ne dormait quasiment pas. Du coup nous passions nos soirées, voire nos nuits, à parcourir New York, à manger une quantité indécente de glace, à découvrir cette ville immense et éclectique. La routine ne s'est jamais installée. Tonio s'avérait encore plus fougueux et déconcertant qu'au premier abord. Avec sa prestance naturelle et sa débrouillardise, il arrivait à obtenir tout et n'importe quoi ; pénétrer dans des soirées VIP, acheter à moitié prix des places de spectacles, déguster des bars improbables. Il avait le goût des aventures insolites, et même s'il ne gagnait pas encore beaucoup d'argent, New York semblait avoir ouvert toutes ses portes pour nous. Moi je suivais, les yeux

pétillants d’amour, exaltée par toutes ces découvertes, alors même que je n’avais jamais quitté l’Europe auparavant.

Les mois passaient et nous ne fréquentions quasiment personne, nous n’avions besoin de personne ; l’osmose entre nous était si parfaite qu’elle remplissait tout l’espace. Entre deux whiskys nous nous racontions nos vies, nos sombres histoires, nos désirs intimes. Lui qui ne se livrait jamais à personne, m’avoua son enfance difficile et toutes ces souffrances infantiles qui le suivaient encore comme une ombre. Il avait grandi en Espagne dans la pauvreté la plus totale, fils unique d’un père violent et colérique et d’une mère passive et effacée. C’est grâce à ses facilités scolaires qu’il est parti pour la France, le jour de ses 18 ans, bac en poche. Il n’a pas tardé à entamer des études supérieures, excellant dans tous les domaines. J’ai toujours été admirative de la capacité qu’il a eue à se construire tout seul, et de la carrière qu’il a mise en place.

Il était cet homme complexe, fougueux et intelligent que j’avais toujours rêvé de rencontrer.

Bien sûr, depuis, nous avons évolué l’un comme l’autre. Nous avons mûri, mais surtout, le quotidien est venu déposer un lourd poids sur nos épaules. Si la carrière de Tonio est extraordinaire, cela va de pair avec des responsabilités, une fatigue chronique et des concessions nécessaires. La fougue de la jeunesse se transforme parfois chez lui en un tempérament ombrageux, mais mon homme n’a jamais cessé de me surprendre, et je sais qu’il fait des efforts pour contenir les démons que sa terrible enfance a insufflés en lui. Je le vois essayer, je le vois se débattre ; je sais qu’il est un peu cassé, mais la complexité humaine naît rarement de la facilité.

À l’époque de notre aventure américaine, je ne savais pas trop ce que je voulais faire de ma vie. J’avais hésité à passer l’agrégation de lettres pour devenir professeure. J’avais entamé une thèse espérant enseigner à l’université. Et je rêvais secrètement de travailler dans l’édition. Si durant les premiers mois de ma vie new-yorkaise, je me suis contentée de parcourir les musées et de faire la touriste, j’ai fini par chercher une activité. Le contraste avec la vie professionnelle survoltée de Tonio entamait un peu l’image de moi même. Au détour d’une balade, j’ai trouvé un poste de libraire à mi-temps dans la librairie française de New York. J’y ai rencontré une fille super chouette, Mathilde Jenisten, une Franco-Anglaise qui elle aussi passait par New York entre deux

années d’étude. Malheureusement elle est retournée vivre en Angleterre et non en France, ce qui fait que notre relation se résume depuis à quelques mails par an. De toutes les façons, je suis nulle pour entretenir les amitiés. Hormis avec Solène qui est bien trop essentielle à ma survie pour disparaître, ma vie ne me laisse pas vraiment le temps de nourrir des relations en dehors de ma famille.

Si je me sens un peu seule parfois, je ne me plains pas trop. Le sentiment de solitude n’est-il pas une composante de la condition humaine ?

5

– Maman !!! Veux les bras ! me dit mon fils dans la cage d'escalier.

– Chéri, il n'y a que deux étages à monter jusqu'à chez Solène. Tu vois bien que j'ai déjà deux sacs à porter.

– Veux les bras ! persiste-t-il

– Elles font trop mal mes chaussures, fallait pas les acheter, moi je préférais les rouges, renchérit Noémie.

Tonio regarde ses enfants, excédés.

– On aurait pu s'y prendre un peu en avance pour faire garder les mômes, fait-il remarquer avec un sourire crispé.

– Par *on*, tu veux dire *tu* ? rétorqué-je avec le même rictus.

– Oui enfin bon, c'est ta mère qui s'est inventé de se faire opérer de sa myopie à 64 ans, quelle idée…

Après maintes jérémiades de nos deux trésors, nous atteignons la porte de Solène et Laurent. Tonio profite de notre dernière minute en famille pour continuer de râler.

Ce n'est pas deux enfants que j'ai, c'est trois.

– Et puis c'est qui ces Hensberger qu'elle a invités ta Solène ? C'est quoi cette lubie de vouloir faire se rencontrer ses amis entre eux ? Au départ on venait boire des bières, pas faire un dîner mondain et prétentieux. On n'est pas dans *Cuisine et Dépendance*.

Je ne peux m'empêcher de sourire à sa boutade ; avec ce sens de la repartie, mon homme fait tout passer.

– Bah les enfants auront le mérite d'être une bonne excuse pour partir si on s'ennuie. Et puis c'est toi qui as insisté pour y aller, lui fais-je remarquer.

Il fait la moue tandis que je lui lance un regard interrogateur avant de sonner.

– C’est bon ? On peut y aller ?

Laurent nous ouvre tout sourire. Tel que je le connais, il doit être hyper content d’organiser ce dîner « mondain », comme dit Tonio, et So doit être dans tous ses états. Mon mari serre la main de Laurent, je lui tends les deux bouteilles de vin que nous avons apportées et ma fille fonce sur le canapé enlever ses chaussures. Le visage de Tonio s’est transfiguré, je le regarde médusée entrer dans la pièce, soudainement enjoué, attraper Ben dans les bras, se présenter chaleureusement aux Hensberger, complimenter Laurent sur sa nouvelle télé et offrir le bouquet de fleurs à Solène avec un peu d’emphase… La capacité de cet homme à se métamorphoser d’un instant à l’autre me fascine. Ça devrait m’agacer peut-être mais, au fond, j’admire cette faculté que je ne partage absolument pas. Il sait toujours faire bonne figure en société, ne laisse jamais paraître ses émotions en public, camoufle à merveille ses arrière-pensées — il est pourtant exigeant et critique, c’est le moins qu’on puisse dire. Bref, il est justement parfait pour les mondanités. Solène retourne aussitôt en cuisine, elle nous prépare un veau sauté m’a-t-elle dit, ce qui n’est pas dans ses habitudes, c’est plutôt Laurent le cuisinier. Alors que Laurent est lui aussi parti ouvrir une bouteille, nous nous retrouvons seuls avec Julie et Patrick Hensberger. Évidemment, moi je suis hyper mal à l’aise, je n’ai jamais su entamer des conversations. C’est donc Tonio qui se tourne vers eux et les questionne sur leurs professions respectives. Il semble passionné par les recherches scientifiques de Patrick en biologie moléculaire, alors que je sais bien à quel point ce genre de sujets l’ennuie. Comme une énième guerre au Moyen-Orient vient d’éclater, le sujet tombe immanquablement dans la conversation. Heureusement, celle-ci ne s’éternise pas sur les points de vue politiques de tout un chacun mais dérive sur l’histoire de la Perse et des influences arabes dans notre société occidentale. Laurent est revenu et participe de loin, Solène n’a toujours pas pointé le bout de son nez et la conversation se déroule surtout entre Tonio et Julie Hensberger qui est prof d’histoire. La quantité astronomique de noms et de dates qu’ils balancent au détour de leurs argumentations respectives me donne le tournis, mais je participe tant bien que mal car le sujet est passionnant.

– Mais les Grecs n’ont pas repoussé l’empire perse vers 200 avant Jésus Christ ? demandé-je à la recherche de précision.

– Ma chérie, ils les ont repoussés en - 490, t’as juste trois siècles de retard. À

l’échelle de l’histoire de l’humanité, ce n’est pas tant que ça, se moque Tonio. Les dates ce n’est pas le fort de ma femme, ajoute-t-il à destination de l’assemblée.

Trois siècles ? Bon d’accord, je n’y suis pas du tout. Je suis un peu vexée qu’il me rabroue en public, mais c’est vrai que ma mémoire est allergique aux dates et aux noms. Je suis incapable de me souvenir de quel réalisateur a fait quel film, à quelles dates se sont passés les événements historiques. Même en littérature, qui est censée être mon domaine, je m’embrouille dans les années de publication des chefs d’œuvres. Toutes les personnes qui me connaissent le savent. Ça va de pair avec ma propension à l’oubli. Je décide donc d’abandonner la conversation et de filer un coup de main à Solène.

Avant de pénétrer dans la cuisine, je l’aperçois avec Laurent. Elle se désespère d’avoir fait brûler ses oignons, et son compagnon tente de la rassurer « tu en fais trop ma chérie, t’inquiète ça sera parfait, on s’en fiche des oignons… » J’ai un pincement au cœur, Laurent est toujours d’une douceur extraordinaire avec Solène, jamais Tonio n’aurait réagi comme ça. On est décidément tous les deux un peu trop perfectionnistes. J’en rajoute une couche auprès de So en m’extasiant sur l’odeur délicieuse qui émane de son fait-tout. Nous discutons et Solène en profite pour me faire remarquer que j’ai l’air un peu fatiguée. Décidément, soit ils se sont donné le mot ces temps-ci, soit je dois vraiment donner l’impression de ne plus dormir, ce qui n’est pas tout à fait faux. Puis Patrick nous rejoint à la recherche du tire bouchon. Au salon, ils entament déjà la troisième bouteille et ont changé de conversation : ils abordent maintenant le cinéma italien.

Ça tourne vraiment mondain cette soirée, heureusement que l’ambiance est sympathique.

– Ton mari a vraiment une culture générale phénoménale, me fait remarquer Patrick émerveillé. Il s’y connaît aussi bien en voitures qu’en cinéma et en histoire ancienne.

– Oui, ça, il n’a pas de problème de mémoire…

– Oh, comme on dit, la culture c’est comme la confiture, moins t’en as plus tu l’étales, blague Solène. Enfin, je ne vise personne en particulier… rajoute-t-elle avec un sourire taquin.

J’adore le côté impertinent de So et ris à sa boutade. Mais si seulement c’était vrai pour Tonio ça me simplifierait la vie. Sa culture est si vaste que la mienne paraît toujours ridicule à côté, ou du moins franchement lacunaire.

Le dîner se déroule sans encombre. Le sauté de veau est délicieux, mon fils refuse d’y goûter — il a mangé l’équivalent d’un paquet de chips à lui tout seul —, Laurent apporte une nouvelle bouteille toutes les 45 minutes et Tonio passe le repas à faire rire sa fille et le reste de la tablée au passage. Les Hensberger ont l’air de l’adorer. D’ailleurs Julie me regarde avec des yeux de merlan frit lorsque mon mari insiste pour débarrasser la table et servir le dessert à la place de Solène et Laurent.

À un moment donné, nous nous retrouvons seuls dans la cuisine. J’en profite pour lui demander ce qu’il pense de la soirée.

– Tu vois ils sont plutôt sympas les Hensberger ?
– Oh oui, ils sont sympas dans le genre stéréotype parfait du beauf gentil et de la prof rasoir. On les croirait tout droit sortis d’un film de Claude Chabrol.

Je n’arrive pas à m’empêcher de rire alors même que je trouve la réflexion un peu trop acerbe à mon goût... Tonio dans toute sa splendeur. Je le lui fais remarquer d’une pichenette sur l’épaule et nous retournons au salon. Les enfants commencent clairement à fatiguer. Si Noémie ne dit rien comme à son habitude, Ben court dans tous les sens, surexcité. Il chouine, tente de grimper sur mes genoux et manque de se casser la figure. Alors que je tente de le maintenir en place, je fais un geste un peu trop brusque et fais valdinguer mon verre de vin. Celui-ci explose littéralement contre le bord de mon assiette alors que Benjamin est toujours sur mes genoux. Si moi je panique comme une bêtasse, Tonio a tout de suite le bon réflexe : il attrape immédiatement le petit puis l’éloigne après avoir vérifié qu’aucun bout de verre ne traînait sur lui. Il revient alors et me chasse de ce champ de bataille qu’est devenue ma place pour réparer les dégâts. Évidemment, j’ai horriblement honte d’avoir saccagé la nappe beige, mis mon fils en danger et de ne pas avoir su réagir. La pointe d’agacement que je remarque dans les yeux d’Antonio ne participe pas à me soulager, ni l’ivresse qui commence à se faire sentir. Je m’excuse alors platement.

– Je suis désolée, vraiment.
– Ma femme a ce don hors du commun : du haut de ses 50 kilos, elle arrive à

évoluer dans une pièce comme un éléphant dans un magasin de porcelaine, plaisante Tonio.

Même s'il ne s'agit que d'une blague et que Solène tente de me rassurer par tous les moyens, je me sens un peu nulle. Antonio en profite pour mettre court à la soirée, ce qui m'arrange.

– Je crois que c'était le signal de départ. Il est temps de rentrer ma femme et mes enfants.

Après maints remerciements, nous quittons l'appartement. Dans le Uber qui nous ramène chez nous, nous n'échangeons pas un mot. Je me contente de regarder défiler les immeubles haussmanniens en caressant les cheveux de mon fils, qui s'est endormi.

Je me laisser bercer par l'instant. Doux-amer.

6

Nous sommes peut-être cinquante personnes dans cette grande pièce au toit voûté, et le silence qui y règne n'en est que plus étouffant. Il pleut dehors, c'est bien dommage, ce rassemblement aurait été plus agréable dans notre jolie cour intérieure. Si certains se permettent de chuchoter, moi je ne dis pas un mot, j'écoute la voix trop suave de l'animatrice de France Inter tandis que Paul, à mes côtés, semble retenir sa respiration. C'est inhabituel de voir tant de personnes écouter la radio ensemble, agglutinées dans un même espace. Sauf là. Dans quelques minutes la bonne dame qui s'est mis en tête de nous donner la météo doit annoncer le lauréat du prix Goncourt. Toute la maison d'édition s'est réunie pour l'occasion, y compris stagiaires, agents d'entretien et secrétaires. En me penchant un peu j'arrive à apercevoir Mathias Drane à l'autre bout de la salle. Il est posté à côté de son éditeur, Monsieur Vernon, à 30 cm du haut-parleur. Il se tient parfaitement immobile, seuls ses doigts triturant un stylo trahissent son anxiété ; il a presque l'air gêné. Je n'aimerais pas être à sa place : au centre de l'attention, s'apprêtant peut-être à vivre une violente déception devant une foule de quasi-inconnus. Bon, soyons positive, il peut aussi gagner le prix littéraire le plus prestigieux de France, voire du monde, dans les trois prochaines minutes.

La présentatrice s'acharne à nous expliquer qu'il pleut — ce que nous avions tous remarqué — et que ce n'est pas près de s'arrêter. Pour le détendre, je donne à Paul un léger coup de coude, auquel il répond d'un maigre sourire. On pourrait croire que sa vie est dans la balance alors même qu'il quitte son poste dans quelques semaines. À bien y réfléchir, une grande partie de la maison a développé une tendresse particulière pour cet auteur et pour son travail ; son attaché de presse qui le suit depuis des années plus encore.

« Le prix Goncourt vient de nous être communiqué, et c'est donc Mathias Drane pour son roman *À l'ombre du monde* qui est le grand gagnant cette année. Ce roman sombre et difficile retrace l'histoire de... »

La salle explose littéralement. Des cris de joie et des applaudissements

retentissent de toute part. Embrassades, tapes dans le dos, tout le monde se félicite de cette victoire et moi je saute quasiment dans les bras de Paul. Je ne m'attendais pas à ressentir une joie aussi intense et l'effervescence de la foule ne fait que décupler mon excitation. C'est dans ce genre de moment que j'adore « l'effet de groupe », pour ce qu'il est capable de produire, pour l'impression d'appartenance qu'il procure.

À l'intérieur de moi — et parce qu'il ne faudrait surtout pas que je me réjouisse trop longtemps —, l'excitation fait très vite place à l'anxiété.

Mon Dieu, il va donc falloir organiser la soirée ! Si tout a été prévu en amont, il reste des milliers de choses à faire, ça va me prendre toute l'après-midi...

Paul se retourne vers moi :

– Viens, on va le féliciter.
– Vas-y toi, moi il faut que je monte lancer le traiteur en urgence, prévenir la sécurité, et envoyer les invitations... On est susceptible de recevoir au moins 200 personnes ce soir ! Je ne vois pas comment on va s'en sortir.
– Enfin Jeanne, prends le temps de fêter ça ! Tu essayes toujours de trop bien faire. Et puis, c'est un peu ton auteur à toi aussi…
– Si tout le monde fête ça maintenant, il n'y aura pas de champagne pour fêter ça ce soir, argué-je. Non, non. Je m'y mets maintenant et je me détendrai ce soir.

Je ne laisse pas le temps à Paul de discutailler et traverse la foule jusqu'aux escaliers. Je parcours quatre couloirs avant d'atteindre mon bureau. Le bâtiment dans lequel les éditions du Vernon sont installées est une vieille bâtisse au centre de Paris qui ne manque pas de charme. Il est devenu rare de trouver une maison d'édition de cette ampleur dans les quartiers chics, la plupart se sont relogées en périphérie de la ville. Mais au fil des années, l'expansion a nécessité d'acheter les immeubles adjacents. Du coup, les différents services sont disséminés dans un dédale de couloirs, d'escaliers et de soupentes ; un labyrinthe que personne ne maîtrise vraiment, pas même ceux qui y déambulent depuis des années. Je profite du trajet pour refaire dans ma tête la liste des urgences, puis réalise qu'il me faut surtout prévenir Tonio, je ne pourrai évidemment pas aller chercher les enfants.

Il décroche à la première sonnerie.

– Allo mon cœur ? Tu sais quoi ? m’exclamé-je avec une pointe d’hystérie.

– Oui je sais, j’ai eu un *push* Le Monde sur mon portable, me répond-il aussitôt. Votre poulain a décroché le grand prix…

– Oui, c’est incroyable ! on n’y croyait pas une seconde. C’est une vraie victoire, pour nous, mais aussi pour la littérature, dis-je enjouée.

– Super, mais là je ne peux pas trop parler, je suis hyper à la bourre.

– Euh, juste : il y a donc une soirée organisée ce soir en l’honneur de Mathias. Tu peux aller chercher les enfants ?

– Ah, non pas ce soir, j’ai un énième rendez-vous téléphonique avec Macy's pour peaufiner les contrats. On n’a pas une nounou pour ça ?

– Tu sais bien, elle est partie pour quelques jours chez ses parents…

– Pourquoi la paye-t-on déjà ? tente-t-il d’ironiser.

– Mon amour, vraiment, c’est hyper important ! Déjà, il faut que je sois là pour tout organiser et puis c’est important pour moi, je suis cet auteur depuis ses débuts, tu sais bien à quel point j’aime son travail.

– Oui, enfin ce n’est pas toi qui l'as écrit, ce livre, non plus. Tu dis toi-même que ce n’est que du show, le Goncourt et que pour la plupart, ils ne sont pas si bons.

– Bah justement ! Pour une fois qu’il est bon ! Il n'y a pas quelqu’un qui peut te remplacer ?

– Chérie, il s’agit d’un contrat de plusieurs millions de dollars, pas d’un prix littéraire. Je ne vais pas demander à ma secrétaire de passer ce coup de fil…

Silence. Mon cœur se serre. Vraiment, quelle image vais-je donner si je ne suis pas là ce soir ?

Et puis, pour une fois j’ai vraiment envie d’*en être*. Tonio ne dit rien non plus. Je tente une dernière fois :

– T’es sûr ? soufflé-je de ma plus petite voix. Vraiment, c’est important pour moi.

– Tu me l’as déjà dit… Mais ça va, c’est bon, arrête de pleurnicher, je vais voir avec Sylvain s’il peut avoir le rendez-vous téléphonique à ma place. Si le contrat capote à cause de toi, faudra pas pleurer quand on vivra dans un vingt m carré en banlieue...

– Merci, merci, merci !! crié-je presque tandis qu’un soulagement intense m’envahit. Je te revaudrai ça, promis.

– Oui, c’est ça. Je dois te laisser. Mon emploi du temps vient de doubler d’ici

ce soir.

Je lance un « A ce soir mon cœur » qu'il n'entend probablement pas. Il a raccroché. L'excitation vient d'en prendre un coup. J'essaye de me convaincre que ça valait la peine d'insister, que c'est toujours lui qui a des urgences de dernière minute et que d'être partie prenante d'une si grande réussite n'arrive pas tous les jours dans une carrière. Malheureusement, ne subsiste plus que l'anxiété de l'ampleur du travail qui m'attend et de la certitude que Tonio va me le faire payer.

Allez Jeanne, bouge-toi, au lieu de pleurnicher, comme il dit.

***

La fête bat son plein. Je regarde passer les plateaux remplis de coupes de champagne et souris. Décidément la direction n'y est pas allée de main morte. Par contre, il n'y a déjà plus de petits fours et les invités continuent d'affluer. La sécurité panique, la jauge de la salle est bientôt atteinte et il continue de pleuvoir, rendant la cour impraticable. J'espère qu'ils ne vont pas se mettre à refuser des gens, ça serait trop dommage. Quelle réussite cette soirée ! Le dernier Goncourt de la maison date d'avant mon arrivée mais tout le monde s'accorde à dire qu'il n'avait pas attiré autant de monde. Tout le milieu littéraire parisien est présent, des journalistes aux libraires en passant par des auteurs de maisons rivales. Et moi, je cours partout et ne fais la conversation à personne. Est-ce que je ne serais pas un peu en train de fuir ? C'est justement à ce moment-là que je vois passer Monsieur Vernon, surexcité, visiblement un peu pompette. Je suis contente pour lui, sincèrement. Il s'arrête à ma hauteur, ce qui m'étonne et m'inquiète.

– Oh, Jeanne, vous êtes là. Félicitations pour le travail accompli, la fête se déroule à merveille, je suis désolé de ne pas avoir pu vous aider plus que ça. Et puis pour le reste aussi, rajoute-t-il en posant sa main sur mon épaule. Je ne vous le dis pas assez, mais vous êtes une excellente assistante. Je ne sais pas ce que je ferais sans vous.

Je rougis du compliment. Moi qui m'attendais à ce qu'il pointe du doigt un problème.

– Merci. Mais c'est vous qu'il faut féliciter. C'est votre auteur, vous avez

mérité ce Goncourt l'un comme l'autre.

Il me sourit et file faire la conversation à je ne sais quel journaliste. Je suis émue. Un peu trop même. Dans les entreprises, tout le monde a la tête dans le guidon et personne ne se félicite jamais. Encore moins le patron. Et puis un compliment de la part de quelqu'un que l'on respecte, voire qu'on admire, vaut de l'or. En parlant d'admirer, je me rappelle que je n'ai pas même approché Mathias Drane. Je devrais quand même le féliciter lui… Je ne le connais pas très bien ; étant bien plus discret que la majorité des écrivains, je ne l'ai quasiment jamais au téléphone. Mais c'est lui la star ce soir.

La foule est dense et nécessite de jouer des coudes pour se mouvoir. Je finis par y repérer Mathias au loin. Bien sûr, il me faut saluer deux-trois invités au passage ce qui me fait regretter mon entreprise. Je souris bêtement à chacun, ne sais absolument pas quoi leur dire mis à part des banalités et trouve aussitôt une excuse pour les fuir.

Mais qu'est-ce que tu es devenue sauvage, ma pauvre !

Lorsque je m'approche enfin de lui, je constate qu'il est déjà encerclé d'une dizaine d'admirateurs, qui semblent avoir tous décidé de lui adresser la parole en même temps. Il est assailli depuis le début de l'après-midi, je me demande même s'il a eu le temps de passer aux toilettes ou de manger quelque chose. Je ne sais pas si je l'envie ou si je le plains. Je le plains, probablement. Il me paraît impossible, voire ridicule, de tenter une percée, tout ça pour lui offrir une énième félicitation de la part de quelqu'un qu'il ne connaît quasiment pas. Je ne suis jamais que l'assistante de son éditeur, c'est-à-dire pas grand-chose. Le bar est à deux mètres à peine, je décide de m'occuper de lui, plutôt. Je réunis les quelques petits fours restant sur une assiette et me dirige vers lui avec une assurance feinte. Je tente un « Mathias ? » tandis qu'une libraire discourt avec emphase sur la place de la littérature en politique. J'ai un peu honte de l'avoir appelé par son prénom et, alors qu'il m'aperçoit enfin, je lui tends l'assiette. Le sourire qui accompagne son « oh, merci » semble empli d'un soulagement intense. Cependant, il est aussitôt rattrapé par l'envahissante libraire et je me retrouve plantée là, au centre de sa cour d'admirateurs sans avoir même pu le féliciter. Tant pis, j'abandonne. Après m'être échappée discrètement, j'erre quelques minutes à la recherche de Paul mais ne le trouve nulle part, puis je remarque l'heure sur la pendule centrale. 22 h, déjà ? Comme à mon habitude, le doute

m’assaille. J’hésite à attraper une coupe de champagne sur le plateau qui passe devant moi et à continuer la soirée — ou plutôt commencer à y participer. Seulement, je ne peux me défaire de mon inquiétude vis-à-vis de Tonio. Le coucher de Benjamin s’est-il bien passé ? A-t-il essuyé une énième colère de notre petit bout de chou ? Qu’a-t-il fait à manger au vu du désert des Tartares qu’est notre frigo ? S’attendait-il à ce que je rentre plus tôt ?

À quelques mètres de la porte d’entrée, je me tiens là, immobile, en plein milieu du passage. Du coup, je me fais bousculer de toute part et manque de tomber tandis qu’un mastodonte cherche à se faufiler très *délicatement* à mes côtés. Je me sens soudainement oppressée ; par la foule, par le bruit, par l’excitation générale. OK, c’est assez pour ce soir, à quoi bon m’infliger ça. Je vérifie que mon portable est bien dans mon sac et me dirige comme une flèche vers la sortie, sans prendre la peine de dire au revoir à qui que ce soit.

Décidément, tu as bien changé, ma vieille : tu trouves que 22 h est une heure tardive pour rentrer et tu fais quasiment dans l’agoraphobie maintenant. Eh bien…

La fraîcheur de la nuit soulève la vague d’angoisse qui vient de me faucher. Les rues sont vides et j’hésite à marcher un peu. L’idée du métro parisien me paraît bien trop agressive. Non, un taxi m’amènera plus vite chez moi. Je sors mon portable et envoie un texto à Antonio avant qu’il n’ait le temps de le faire de son côté.

[J’arrive.]

Voilà, c’est aussi bien comme ça.

7

Devant l’immense glace de la cabine d’essayage, je regarde mon reflet, étonnée par l’image qu’elle renvoie de moi — c’est fou ce qu’une simple jupe peut changer la donne. Ça fait un moment que je lorgne dessus en passant devant cette petite boutique de designer en bas du bureau. C’est la folie furieuse au boulot depuis le Goncourt et j’ai donc fini par craquer : je suis entrée sur un coup de tête essayer cette jupe en cuir noir, qui n’est pourtant pas du tout mon style. Bon, comme elle est extrêmement bien coupée et que j’ai la chance d’être assez filiforme, elle me va plutôt bien. Du moins, c’est l’impression que j’ai en me regardant dans la glace. C’est surtout rare qu’un vêtement aussi suggestif me plaise. En me rhabillant j’essaye de me convaincre moi-même : « Allez tant pis pour le prix, ce n’est pas un problème, et puis tu travailles comme une acharnée depuis une semaine, tu mérites bien de te faire plaisir, et de faire plaisir à ton homme au passage. Voilà, faire un effort pour continuer à le séduire… En plus, elle ira très bien avec la montre au bracelet de cuir noir que Tonio vient de t’offrir. » Une fois la jupe payée et délicatement insérée dans un sac en tissus par la vendeuse, je sors du magasin, fière de moi. Il fait beau malgré le froid qui s’installe sur la capitale et je cours chercher ma fille à la sortie de l’école. Maintenant qu’elle est en primaire, je ne le fais plus assez souvent. Lorsque je l’aperçois avec ses nattes et son petit cartable, je réalise à quel point elle a changé. L’entrée en CP l’a métamorphosée, elle joue maintenant la grande et est peut être encore plus responsable qu’elle ne l’était déjà. Elle me fait tant penser à moi à son âge, le drame de perdre son père en moins. Ma poutchouquette est vraiment contente de me voir et comme la nounou s’occupe de Benjamin, je lui propose d’aller boire un chocolat avant de rentrer. Nous papotons un peu, j’essaye d’obtenir des informations sur sa vie d’écolière. Même si je m’inquiète qu’elle ne me parle pas du tout de ses amis à l’école, je vois bien qu’elle adore sa maîtresse et la lecture, ce qui pour un CP, semble le principal.

À la maison, ma bonne humeur ne désenfle pas. J’ai une énergie débordante ce qui est surprenant au vu de la semaine que je viens de passer. La joie et l’excitation au bureau doivent être contagieuses. Au retour de Tonio — tard —,

les enfants sont couchés, endormis même, la maison est rangée, le dîner est prêt. Si ce n'était la tête d'enterrement de mon mari, tout serait parfait...

Merde. Il est encore de mauvaise humeur. Fais suer !

C'est vrai, quoi, il fait tout le temps la tête, ces temps-ci. On aurait pu croire que le contrat pharaonique qu'ils s'apprêtent à signer le mettrait de bonne humeur ? Mais non, il n'est que ronchonnements, soucis et fatigue. Même lorsqu'il m'a offert la montre avant hier, on aurait cru qu'il me tendait un faire-part de décès. Et on ne peut pas dire qu'il cherche à m'épargner. Depuis notre dernière grosse engueulade, rien ne va. J'ai même l'impression que cette histoire de Goncourt l'agace. Il pourrait se réjouir pour moi ! Personnellement, je me réjouis toujours de ses réussites professionnelles, même si je ne comprends pas un iota de ce qu'il y fait. À vrai dire, j'ai souvent l'impression d'être cette gamine qui ne sait pas expliquer la profession de ses parents sur la fiche d'information de début d'année. Huit ans plus tard, je n'ai toujours pas bien saisi en quoi consiste réellement son travail, mis à part qu'il est à la tête d'une centaine d'employés et qu'il chapeaute le commerce international d'une des plus grandes boites de luxe de France.

Il pose sa sacoche et vient m'embrasser du bout des lèvres. Je tente de dissimuler ma déception et de garder mon humeur joviale, peut-être vais-je réussir à le dérider. Je marche cependant sur des œufs tandis que je m'enquiers de sa journée. Je sais la vitesse à laquelle il peut partir lorsqu'il est dans cet état là. Il baragouine un truc incompréhensible sur le service marketing qui ne fait pas son boulot, et sur l'amoncellement de travail additionnel qui lui tombe dessus. Je décide de changer de sujet et je cours dans la chambre pour enfiler la jupe que je viens de m'acheter, le laissant une minute à son verre de whisky. Une surprise le sortira peut-être de sa torpeur…

Lorsque je pénètre dans le salon, il est affalé sur le canapé. Je me pose devant lui, un grand sourire aux lèvres. Il me regarde un instant stoïque. Je n'arrive pas à lire sur son visage ce qu'il pense de ma jupe mais je doute qu'elle lui plaise vu le silence qui s'éternise.

– Alors ? Demandé-je timidement. Je l'ai acheté sur le chemin du retour. Elle te plait ?

– Non.

La froideur de sa réponse me glace le sang.

– Ah bon ? m'étonné-je. Je sais que ce n'est pas trop mon style mais c'est bien de changer de temps en temps, non ?

– Bah, si tu vises le style *pute à bas prix de Brooklyn*, c'est réussi…

Je sens littéralement la gifle fouetter mon visage. *Pute à bas prix ?* Non mais là il exagère. Je tremble intérieurement, la colère monte en moi telle une furie.

– Je t'en prie, vas-y, traite-moi de pute !

– Je ne t'ai pas traitée de pute, j'ai dit que ça *faisait* pute… Tu préférerais que je te mente et que je te laisse te balader déguisée dans la rue ? Tu sais bien que je suis honnête, je ne sais pas faire autrement. T'as plus 20 ans ma chérie, tu ne peux pas tout te permettre...

Je regarde mon mari dans son canapé de cuir prendre une gorgée de son verre. Il n'a pas du tout l'air de regretter ce qu'il vient de dire, ni même la formule qu'il vient d'employer, et pendant une fraction de seconde, je le déteste. Je suis certes un peu susceptible, mais là, je me sens carrément humiliée. Je ne sais pas qui l'emporte de la honte ou de la colère, mais je n'ai pas l'énergie pour le découvrir ni pour débattre avec lui. Je fais demi-tour dans mon accoutrement de *pute* tandis que mon mari me crie « Oh, beauté, te vexe pas ! Qu'est-ce que tu peux être susceptible... », et retourne dans ma chambre à grands pas. En apercevant mon reflet dans le miroir, je me trouve effectivement ridicule. Ma colère ne sait plus vers quoi se diriger : vers la naïveté de me croire capable de porter ce genre de vêtement un peu aguicheur ou vers Tonio de ne jamais faire l'effort de m'épargner. Au fond, c'est vrai que je n'ai peut-être plus l'âge de porter une jupe en cuir. Mais tout de même. La déception est douloureuse, elle creuse un trou béant dans mon estomac ; j'étais si fière d'oser me lâcher un peu, d'oser changer.

Je retire ma jupe aussi vite que possible en me convainquant que cette douche glacée n'était pas inutile : je me serais sentie mal à l'aise en la portant de toute façon. Je replie le petit tissu de cuir, le replace dans son sac et fourre le tout dans un recoin de mon placard. Loin, de façon à ne plus la voir. Je n'aurais jamais le courage d'aller la rendre, mieux vaut oublier tout ça. La faim qui me travaillait il y a quinze minutes a disparu. La faim et tout le reste. Mieux vaut en finir avec cette journée, ça ira mieux demain. Tout sera oublié. J'enfile donc mon pyjama,

renonce même à me brosser les dents et éteins la lumière.

Deux minutes plus tard, je suis cachée sous ma couette. Les émotions qui continuent de me submerger me noient complètement. Je ne comprends même pas mon propre fonctionnement, pourquoi tout ça me touche avec tant d'intensité. Ce n'est jamais qu'une histoire de jupe ; ce n'est ni essentiel ni même vraiment important. C'est moi que je déteste parfois, d'être si sensible, d'être si vite dépassée par mes émotions.

Je sens une larme couler sur ma joue, je l'essuie aussitôt et ravale les suivantes.

Découvrez la suite du roman et de la partie coaching, dans l'intégrale de l'ebook.

Également disponible :

Le courage de partir

Après huit ans de vie commune et deux enfants, Jeanne aime son mari comme au premier jour.
Ou peut-être aime-t-elle l'image qu'elle se fait de lui. Car la sensation d'enfermement et les crises d'angoisse chroniques se font de plus en plus envahissantes.
Et Jeanne se retrouve confrontée à une question déchirante : se pourrait-il qu'Antonio, son compagnon et père de ses enfants, qui n'a rien perdu de son charme, soit la source de ce mal-être ?
Lorsque les termes « manipulateur » et « pervers narcissique » s'immiscent dans la vie de Jeanne, son existence se transforme en un immense point d'interrogation. Quelle est la frontière entre amour et emprise ? Jeanne va devoir trouver la force de se libérer, de se relever pour, enfin, se reconstruire.

Tapotez pour télécharger.

« Toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite (alinéa 1er de l’article L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal. »

© ESI, 100 rue Petit, 75019 Paris

Juin 2018

ISBN 9782359328196